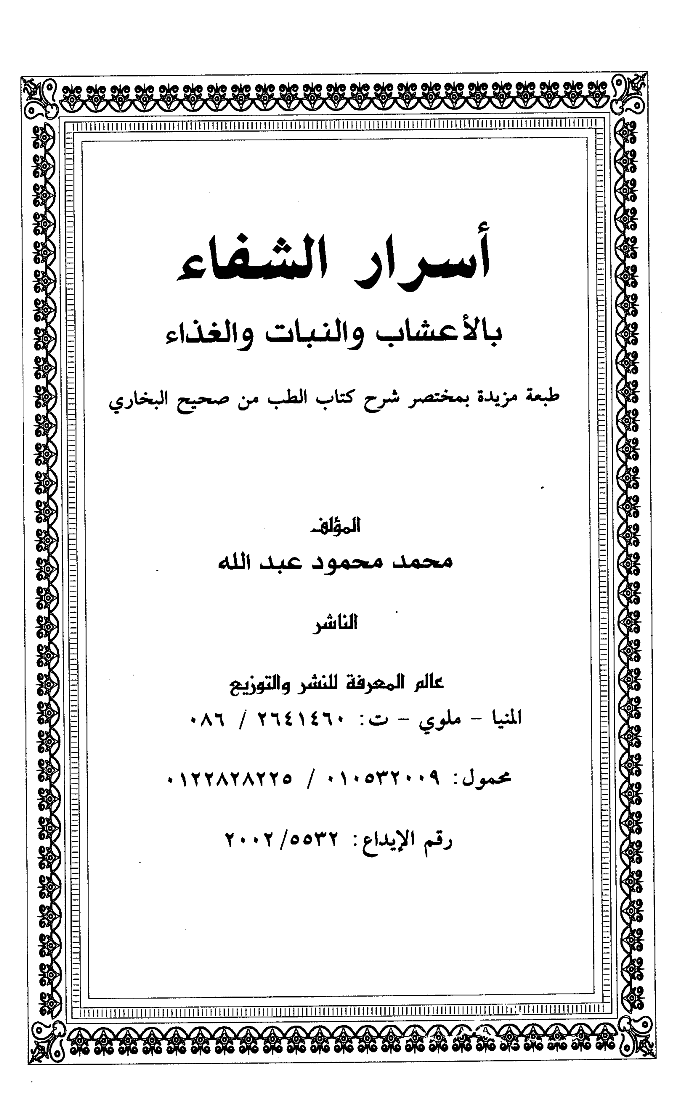


أسرار الشفاء

بالأعشاب والنبات والغذاء

طبعة مزيدة بمختصر شرح كتاب الطب من صحيح البخاري

المؤلف

محمد محمود عبد الله

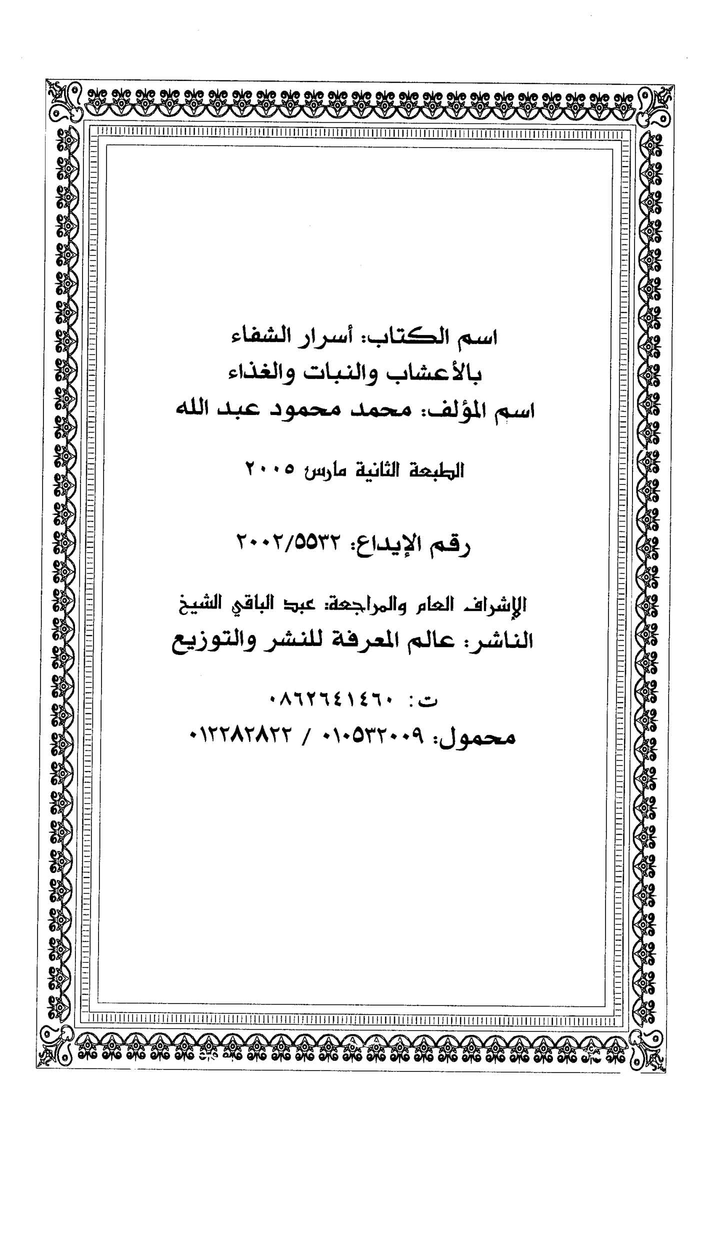
الناشر

عالم المعرفة للنشر والتوزيع

المنيا - ملوي - ت: ٢٦٤١٤٦٠ / ٠٨٦

محمول: ٠١٠٥٣٢٠٠٩ / ٠١٢٢٨٢٨٢٢٥

رقم الإيداع: ٥٥٣٢/ ٢٠٠٢



اسم الكتاب: أسرار الشفاء
بالأعشاب والنبات والغذاء

اسم المؤلف: محمد محمود عبد الله

الطبعة الثانية مارس ٢٠٠٥

رقم الإيداع: ٢٠٠٢/٥٥٣٢

الإشراف العام والمراجعة: عبد الباقي الشيخ

الناشر: عالم المعرفة للنشر والتوزيع

ت: ٠٨٦٢٦٤١٤٦٠

محمول: ٠١٠٥٣٢٠٠٩ / ٠١٢٢٨٢٨٢٢

بسم الله الرحمن الرحيم

مقدمة

الحمد لله الذي خلق الإنسان في أحسن تقويم . وجعل نسله من سلالة من طين . وجعل ممّا تنبت الأرض ما يكفل له البقاء إلى أن يرث الأرضَ أحكمُ الحاكمين . والصلاة والسلام على المبعوث رحمة للعالمين . المنزل عليه : ﴿وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوٓا إِنَّهُۥ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ﴾ [الأعراف :٣١] .

وبعد . . .

فإذا أمعنا النظر بعناية وتأمل ولو مرة واحدة في الجسم الإنساني لوقف الناظرُ مذهولاً يحار منه العقل ، ويعجز أمام النظام العجيب الذي أبدعه أحسن الخالقين الله عز ثناؤه ، حين جعل منه الحصن والهدف ، وجيش الهجوم وجيش الدفاع ، ومعامل توليد الطاقة التي تعطي الجسم ما يحتاج إليه من مقوّمات الحياة ، وحفظ الصحة والقوة ممثلاً فيما تنبته الأرض من الزروع والنبات والثمار ، مما ألهم الحق تعالى الإنسان إلى تناوله بفطرته من الماء والغذاء والهواء . ومن عظيم صنع الخالق سبحانه أنه منذ وجد الإنسان على الأرض ، وجدت الأمراض التي تصيبه . وبحكمته جعل لكل داءٍ دواء . وهذا الكتاب ضمنته فوائد النبات والغذاء . والله تعالى أسأل أن ينفع به ، إنه قريب مجيب .

خادم العلم والقرآن

محمد محمود عبد الله

مدرس علوم القرآن بالأزهر

* * *

نصائح طبية مفيدة

قبل تناول أي دواء، يجب مراعاة الآتي:

١- التفاؤل وترك ما يسبّب ويجلب الغم للنفس.

٢- التنحي عن الوهم، إذ إنَّ الوهم مرض يفتك بالبدن أشد من المرض العضوي ولا يمكن لأي دواء أن يصيب الداء ويدفعه عن الجسم ما دام الوهم.

٣- يجب ترويح النفس بشيء من السرور والفرح مع دوام الابتسام. واحذر أنْ يزيد الضحك فإنَّ كثرته تميت القلب.

٤- لا تفكر في أحزان الماضي أو ما أصابك أو ما ضاع منك. وكذلك احذر الحرص على المستقبل وعليك بالتسليم إلى الخالق الكبير في جميع أمرك. «**واعلم أنَّ ما أصابك لم يكن ليخطئك وما أخطأك لم يكن ليصيبك**». وعموم الأمراض النفسية تنشأ عن الحزن على ما فات والحرص على ما بقي، دلَّ على ذلك قوله عز ثناؤه: ﴿لِّكَيْلَا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ﴾ [الحديد: ٢٣].

٥- لا تفكر في المرض الذي يصيبك وعليك أن تأخذ بأسباب العلاج مما أودع الله لك في الطبيعة. واعلم أنَّ الشفاء يكون من العزيز الوهاب فيما أثبته التنزيل على لسان الخليل إبراهيم عليه السلام: ﴿وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ﴾ [الشعراء: ٨٠].

٦- اعلم أنَّ الشيخوخة المبكرة تنشأ عن الهمّ والحزن والحرص والملل والضجر والفراغ.

وعلاج ذلك هو التطلع لمستقبل باهر مزدهر وكذلك عدم الركون إلى الكسل، وعليك بالاجتهاد والجد في العمل.

٧- اتخذ لك رياضة مسلّية فهي تكفل لك الشباب الدائم والحيوية.

٨- إذا أكلتَ لا تشبع فوق العادة (التخمة) واعلم أنَّ التخمة تقتل الفطنة (الذكاء) وتسبب الغفلة «**عدم إعمال الفكر بالبصر والبصيرة في الملك والملكوت. بل ثلث طعام وآخر شراب وثالث للهواء**».

٩- استعمل الفواكه والخضار بكميات وفيرة وقلّل من اللحوم والدهنيات إذ إنها ترهق القلب.

١٠- تناول الفواكه بقشورها لأن هذا يزيد من قيمتها الغذائية.

وهذا كتاب «**الوقاية من الداء في النبات والغذاء**»، ضمّنتُهُ إرشادات طبية ونصائح وفوائد جلية. وسنتناول فيه، بإذن الله تعالى، كل عضو من أعضاء الإنسان وما يفيده في الطبيعة مما أوجد وأنبت الرحمن. ولنبدأ بالرأس.

أولا الرأس

هي للجسم بمثابة الميزان، وبها أهم الحواس وأعلى البنيان. إذ تضم السمع والبصر والأنف والفم. ولكل حاسة منها خاصيات تميز بها عن الأخرى. فضلاً عن أنَّ الرأس تجمع أهمّ مراكز الحس للإنسان وهما المخ والمخيخ.

أما المخ: فهو عبارة عن ثلاثة بلايين خلية عصبية، وهي عبارة عن شبكة كهربائية صناعة ربّانية لا يعلم حقيقتها إلا الله. تعرف هذه الشبكة باسم المجموعة الفكرية، لأن بها فكر الإنسان. وهي التي تتعامل مع العقل داخل القلب عن طريق الإشارات العصبية للمخ إذ يتم ذلك في أقل من ١/ ١٠٠٠ (واحد من الألف) في الثانية، ويبلور الفكر ويحدّد الهدف. هذا عن المخ.

أما المخيخ: فوظيفته الأولى حفظ التوازن في الإنسان. إذ تتجلى عظمة الخالق في أنَّ كل الأشياء التي تمشي على رجلين مثل الإنسان لها ذيل أمّا الإنسان فلا، لأنها درجة التكريم الإلهي. فضلاً عن أنَّ وظيفة المخيخ الثانية هي اختزان المعلومات منذ نشأ الإنسان وبدأ يدرك ويعي الأمور.

وبين الاثنين فَيْصَلُ الإدراك ويُعرف بالذاكرة. وتختلف الذاكرة في شخص عن الآخر إذْ إنَّ هناك من يعانون من فقدان الذاكرة، أو ضعف الفكر أو البلادة في الذكاء. ويمكن لهؤلاء تناول الآتي وهو ينمّي الذكاء.

- ٤ أواقي زبيب (عنب مجفف) + أوقيتان مفروم جوز الهند + ١٠ قطع زبد بقري. يطبخ الجميع في كيلو عسل نحل نقي لمدة ٧ دقائق، ثم يوضع في إناء زجاجي (برطمان/ مرطبان) ويؤخذ ملعقة كبيرة صباحًا على الريق ومساءً قبل النوم. ومن الأشياء التي تنمي الذكاء وصول جلوكوز العنب إلى المخ (مجموعة الأعصاب الفكرية)، وكذلك شراب عسل النحل الخالص: ملعقة كبيرة في كوب (شاي) ماء ساخن على الريق. وكذلك تناول التمر ومربى (مربة) التين شرابًا وطعامًا.

هذا علاج ضعف الذاكرة والنسيان من الأشياء الحسية التي تؤكل وتشرب. أمّا العلاج المعنوي للنسيان وهو أفضل أنواع العلاج: فهو ذكر الله لقوله تعالى: ﴿أَلَا بِذِكْرِ ٱللَّهِ تَطْمَئِنُّ ٱلْقُلُوبُ﴾ [الرعد:٢٨] وقوله تعالى: ﴿وَمَا جَعَلَهُ ٱللَّهُ إِلَّا بُشْرَىٰ وَلِتَطْمَئِنَّ بِهِۦ قُلُوبُكُمْ﴾ [الأنفال:١٠].

ثانيا - فروة الرأس: وهي أعلى ما في الجسم وتسمى بسماء الإنسان. وهي امتداد لجلد الوجه، وبها ينبت الشعر الذي جعله الحق عز ذكره زينةً للإنسان، إذ يبلغ عدد الشعر فيها من (١٠٠,٠٠٠ إلى ١٥٠,٠٠٠) شعرة تقريبًا. لذا فإنَّ نسبة تساقط الشعر العادية هي من ٢٠ إلى

٤٠ شعرة في اليوم، فهذا أمر عادي لا يدعو للقلق. أمَّا إذا زادت هذه النسبة فيلزم سرعة العلاج ووسائل الوقاية.

جمال الشعر وقوته

للحصول على شعر جميل وغزير لابد لنا أنْ نأكل كميات من الأطعمة الغنية باليود الذي يغذي الغدة الدرقية، والتي تفرز بدورها إفرازًا خاصًا بصحة الشعر. ويوجد اليود في المواد الآتية:

١- حشائش البحر.

٢- الأسماك.

٣- زيت السمك.

٤- الثوم.

وإذا حللنا شعرة واحدة لوجدنا أنها تحتوي على أربعة معادن هي:

١- السيلكون.

٢- الكبريت.

٣- الحديد.

٤- المنجنيز.

ولهذا يجب أنْ نتناول أطعمة تحتوي على هذه الأربعة.

ويمكن الحصول على اليود من الأطعمة الآتية:

١- السرطان / السلطعون (الكابوريا).

٢- زيت كبد الحوت.

٣- الثوم.

٤- الخرشوف (الأرضي شوكي).

أما السيلكون فيوجد في الآتي:

١- الشعير غير المطحون.

٢- الفريز (الفراولة).

٣- الفجل.

٤- الخيار بقشره.

٥- التين .

٦- الكرنب .

٧- الخس .

٨- السبانخ .

أما الكبريت فيوجد في الآتي :

١- البصل .

٢- الفجل .

٣- الكرنب .

٤- القرنبيط .

٥- الجزر .

٦- اللفت .

٧- التفاح .

ومن المواد التي تزيد في نمو الشعر وطول الأظافر تناول الخيار والترمس في وجبات منتظمة .

لتقوية الشعر ومنع سقوطه :

١- تدلّك الفروة بعصير الجرجير ، أو بشرائح البصل بعد فرمها على الخلاط .

٢- لتغذية الشعر : دلّك الفروة بزيت الزيتون النقي .

٣- **لمنع سقوط الشعر (الحزاز)** : يمكن غلي قشرة الثوم في زيت الزيتون الخالص لمدة دقيقة ونصف وبعدها يصفّى الزيت ويوضع في زجاجة بعد إضافة شيء من العطور إليه (المسك أو ما شابهه) ويدلّك الشعر منه صباحًا وقبل النوم .

ولنمو الشعر ونضارته وقوته يمكن عمل مزيج من :

١- زيت الخروع .

٢- زيت اللوز الحلو .

٣- زيت جوز الهند .

يمزج بمقادير متساوية ويدلك فروة الرأس والشعر منه صباحًا ومساء .

أما لعلاج قشرة الرأس فيمكن إذابة الشبة في الماء الساخن ويدلك بها فروة الرأس والشعر .

وللحصول على شعر جميل (ذهبي) يمكن مزج صفار بيضة ببعض من الخل ويدهن بها الشعر . ثم يزال هذا الدهان بعد ربع ساعة بماء ساخن فيه خل أيضًا .

وإذا تناولنا أطعمة غنية بالمعادن التي ذكرت فإننا سنحصل بالتالي على دم غني بهذه المواد، وعلينا أن نعمل على إيصال هذا الدم إلى بصيلات الشعر وذلك بتدليك فروة الرأس إما بفرشاة أو بأطراف الأصابع مع تعريض الشعر للشمس والهواء الطلق .

أما الشيب فمعلوم أنَّ تناول زيت الزيتون يؤخر الشيب ويحدّ من انتشاره .

وهناك حالتان تُنقِصان من جمال الشعر يجب العناية بهما جيدًا وإلا ذهب ما نفعله سدى وهما :

١- جفاف الشعر جفافًا زائدًا .

٢- زيادة الدهن فيه .

وبالنسبة لفروة الرأس فهي امتداد لجلد الوجه، ولذا فإن السيدة ذات البشرة الجافة يكون شعرها جافًّا والسيدة ذات البشرة الدهنية يكون شعرها دهنيًّا . فإذا كان الشعر جافًّا فيجب غسله مرة كل أسبوع بكريم أو شامبو زيتي .

أما إذا كان الجفاف زائدًا فيدلك الشعر بزيت الخروع الدافئ أو بزيت الزيتون قبل غسله بساعة وتُلفُّ الرأس بفوطة دافئة لتتفتح مسام الجلد .

وأصحاب الشعر الجاف يجب أن يتناولوا في وجباتهم بعضًا من الزبدة، والقشدة، وزيت الزيتون، وسيلاحظون تحسنًا كبيرًا في حالة شعرهم .

ثانيًا الشعر الدهني :

زيادة الدهن في الشعر ترجع إلى زيادة نشاط الغدد الدهنية في فروة الرأس، وهذا الشعر يحتفظ بلونه أحسن من الشعر الجاف، ويمتاز بسهولة تسريحه . إلا أنه يحتاج إلى عناية إذ إنه يتأثر ويتسخ من الغبار الموجود حولنا في الهواء، ولذا يجب غسله مرة كل أسبوع على الأقل بشامبو لا يحتوي على صابون . ويفضّل أنْ يشطف بعد الغسيل بعصير الليمون أو بمحلول مخفف من الخل .

ولا ننسى أنَّ كل من وهبه الله تعالى شعرًا جميلاً فيه قرة عين الناظرين وتسبيح الخالق الكبير . إذ في كل نظرة بالبصر استشعار عظمة رب القدر، فلا تحسبنّ نظري لكل جميل بقصد الزنا، ولكن نظري استشعر عظمة من أسس وبنى .

وإليك إرشادات للحفاظ على الشعر :

أولاً الحالة النفسية :

تمثل الحالة النفسية قدرًا كبيرًا في التأثير على صحة الشعر . إذ إن المصابين باضطرابات نفسية يعانون من تساقط الشعر بكميات كبيرة، وخاصة أثناء الدورة الشهرية للنساء، وكذلك سوء التغذية وعدم العناية بالشعر . ويجب أن يترك بدون غطاء فترة كافية للتعرّض للهواء النقي، إذ ثبت علميًا أنَّ كل شعرة مفتوحة من الوسط وتتنفس مثلنا تمامًا وكما هو الحال في النبات والكائنات .

وبقي أن تعرف علاج القوب والقرح والثعلبة في الرأس :

أولاً : علاج القوب :

٢ جرام قرنفل مسحوق + ٢ جرام كبريت جمال + جرام كبريت عمود . يعجن الجميع في صفار بيض، ويدلك مكان القوبة بقطعة قماش صوف جيدًا بحيث يجري الدم في منطقة الإصابة، ويفضل ماء ساخن أثناء التدليك، وبعد الدلك تنشف المنطقة وتدهن بالمعجون ولمدة خمسة أيام .

ويمكن علاج القوب بالتدليك بالصوف ويدهن بعسل النحل .

ثانيا - علاج قرح الرأس :

تدهن القرح بمزيج من زيت الزيتون وزيت الخروع وزيت اللوز مضافًا إلى صفار بيضة .

ثالثًا علاج الجروح :

استعمال مطهر من الصيدلية، أو مزيج مكون من عصير الليمون وعصير البصل (ماء البصل) على أن يطلى الجرح بعسل نحل نقي بعد التطهير .

رابعًا علاج الثعلبة :

الثعلبة هي إصابة بعض مناطق فروة الرأس بالبوار وزوال الشعر على هيئة بقع تشبه الصلع، إلا أنَّ مكانها في الفروة يكون لامعًا رقيقًا . ويمكن معالجة الثعلبة بالتدليك أولاً بقطعة صوف ثم طلاء مكان الإصابة بالثوم المفروم والملح (أي مرهم يكون مكون من الثوم والملح) . ويمكن استعمال علاج القوب السابق ذكره .

كما يفيد الملح الناعم جدًّا في علاج قشرة الرأس وذلك بأن يذرى بعض الملح وتدلك الفروة بأطراف الأصابع ثم ينظف بمشط دقيق الأسنان .

ويمكن غسل الشعر بما فيه بشيء من عصير الليمون أو شيء من الخل .

ويراعى تسريح الشعر عكس اتجاهه . ويجب عدم غسيل الشعر بالماء والصابون يوميًّا بل مرة بالماء الساخن والصابون في الأسبوع .

ويستبدل الغسيل بالماء والصابون بالتدليك بالكحول (كالونيا/ كولونيا) إذ إن تدليك الفروة بالكحول يقوّي الشعر ويمنع سقوطه ويزيد في نموه . علمًا بأن الكولونيا لا تزيد الشيب ، كما يعتقد البعض .

- لإزالة المادة الدهنية من الرأس :

تُفْرَك الفروة بمستحلب الأرقطيون ورقًا أو مغليًّا ، ويمكن شرابه لنفس الغرض .

- لسخونة الرأس :

تُطلى الفروة بزيت الزيتون . وهذا نافع أيضًا لبثور الرأس .

- لطفيليات الرأس :

الطفيليات هي عبارة عن قمل وبرغش يعرف باسم براغيث الرأس لكنه ليس من الفصيلة التي تقفز بل هو أبيض اللون متناهٍ في الصغر يكون في جذور الشعر أي قريب من المنبت .

ويمكن علاج الطفيليات بزيت الينسون أو بالصعتر (زعتر) أو بالخزامى : يُغلى الزعتر في ماء وكذلك الخزامى ثم يفرك به الرأس .

ويفيد مزيج من ماء البصل وعصير الليمون في علاج الطفيليات والحبوب الناشئة عن سخونة داخُل الرأس (حَمُو) .

كما يمكن علاج البثور بمستحلب زهر البابونج (مغليّ الزهر) تدلك به فروة الرأس ويطلى الشعر ليلاً . ويفيد الشعرَ فركُه بزيت الغار أو زيت الخروع فينمو ويجمل .

وإليك وصفة تستعمل كغسيل للوجه والجسم والشعر :

مستحلب مكون من خمسة لترات ماء ضع فيه نصف ملعقة صغيرة من المواد الآتية : نصف ملعقة من كلٍّ من إكليل الجبل ، والزعتر ، والخبّازة البرية ، والخزام ، وكنبات الحقول ، والورد الأحمر ، والقصعين (المريمية) وزهر الزيزفون . أي من كل صِنْفٍ نصف ملعقة واغسل الجسم جميعه .

- للوقاية من الصلع :

ينقع مقدار قبضتين من زهر العصيفرة المقطعة بأوراقها الغضة وبذورها مع ١٠ ورقات قرّاص ، وثلاث ورقات بقس في سيبرتو (كحول) لمدة أسبوعين ثم يصفى السيبرتو ويفرك به

فروة الرأس جيّدًا. هذا يحفظ الشعر من الصلع.

- ظهور شعر في غير محله في المرأة أو الرجل، هو دليل اضطراب في مبيض المرأة أو قصور في المفرزات. فمثلاً نلاحظ غياب الشعر من الوجه عند الرجل ورقّة الصوت. يحدث هذا عندما لا تقوم الخصيتان بعملهما لأنهما اختنقتا في القناة أو أصابهما اختفاء كليةً عن العمل.

لقرحة شعر الرأس:

قرحة الشعر يسقط معها الشعر دفعة واحدة. ولعلاج ذلك يصنع مرهم مكوّن من ورق لسان الثور يدق حتى يصبح ناعمًا ويمزج بزيت الزيتون ويغلى المزيج حتى يصير كالمرهم الأسود فيدهن به الرأس مرة واحدة في اليوم، وتوضع خرقة على المرهم لئلا يتساقط.

- الحواجب والأهداب:

إذا كانت الحواجب والأهداب ذات شعر قصير ومبعثر فعلاج ذلك بعصير القرّة الحادة تلبيخًا أو بمستحلب العصيفرة ورقًا وزهرًا أو حبوبًا. ملعقة صغيرة ونصف لفنجان ماء يدلك به الحواجب والأهداب (رموش العين).

وإذا تساقط شعر الحواجب والأهداب:

تُغلى بصلة كبيرة في فنجانين من زيت الزيتون غليًا جيدًا ثم يصفى الزيت ويدهن به مرتين في اليوم.

ويمكن علاج أهداب العين (الرموش) بنوى البلح أو التمر.

الطريقة: يحرق بعض من نوى البلح أو التمر ثم يسحق جيدًا وينخل بمنخل ويمزج بزيت زيتون أو زيت خروع وتكحّل به الأهداب مع وقاية العين بقفلها أثناء ذلك.

أمّا الحواجب فتدلّك من نفس المزيج دلكًا جيدًا صباحًا ومساء.

ولنمو الشعر عامة والحواجب والأهداب، يدهن ثلاث مرات في الأسبوع بزيت الخروع ويفرك جيدًا فإنه نافع ومفيد.

والطب الحديث يعالج الصلع والشيب وسقوط الشعر بواسطة الهرمونات الجنسية العكسية أي إعطاء هرمونات الذّكورة (الخِصيّ) إلى المرأة، وهرمونات الأنوثة (المبايض) للرجل. ويوقف هذا العلاج عند ظهور زيادة في ثدي الرجل أو رقّة في الصوت. وكذلك عند ظهور شعر في أماكن غير مألوفة في المرأة كالوجه والصدر وغيرهما. ويعالج الشعر الذي يظهر في مثل

هذه الحالة بنتفه ودهن مكانه بمرارة دجاجة أو مرارة أي نوع من الطير بأنْ يطلى المكان عقب نتفه فإنَّ الشعر لا ينبت ثانية ويمتنع عن الظهور .

ومن الثابت علميًا أنَّ كل شعرة في الرأس تمدها غدد تفرز مادة زيتية لترطيب الشعر والجلد . لذا يجب العناية بنظافة الشعر وخاصة تدليك الفروة بأطراف الأصابع والعمل على إيصال الدم الذي يفرز نتيجة التغذية الجيدة إلى جميع بصيلات الشعر ، بل لكل شعرة إذا أمكن ذلك .

ويجب الحذر من استخدام أنواع رديئة من الزيوت إذْ إنَّ هناك أنواعًا جيدة التركيب وأنواعًا هابطة المستوى تحتوي على مواد قلوية بنسب كبيرة وأخرى تؤذي فروة الرأس وتحرق الشعر ، وهناك أنواع تجلب الطفيليات (القمل والبثور والبراغيث والصئبان) وغيرها ، وهي تشبه الصودا الكاوية في ضررها للجسم .

- **فائدة الزيوت وتأثيرها :**

١- زيت البرافين تأثيره طيب على الشعر إلا أنه غير مغذٍّ له .

٢- شامبو الزيت ، ويستعمل لذلك زيت اللوز . وزيت الزيتون النقي يؤدي نفس الغرض . وتدلك الفروة بالفرشاة جيدًا عكس اتجاه الشعر .

٣- يلف حول الرأس ولمدة دقائق فوطة قد بلّلت بالماء الساخن وعصرت . ويفضل تسخين الزيت قليلاً قبل الدلك .

٤- يُرشّ بعض هذا الزيت على الرأس ويدلك بأطراف الأصابع .

٥- يترك الزيت على الرأس ساعات .

٦- يزال الزيت الزائد بالماء الساخن والصابون .

الأذن والسَّمْع

جاء السَّمع في المرتبة الأولى ضمن النعم التي منَّ الحق تعالى بها على الإنسان ويظهر ذلك منذ الخليقة الأولى في قوله عزَّ ذكره : ﴿إِنَّا خَلَقْنَا ٱلْإِنسَٰنَ مِن نُّطْفَةٍ أَمْشَاجٍ نَّبْتَلِيهِ فَجَعَلْنَٰهُ سَمِيعًۢا بَصِيرًا﴾ [الإنسان :٢] .

فجاء السمع مقدَّمًا على البصر ، إذْ إنه حاسة مهمة في حياة الإنسان ، فهو لذة المجالس وبه سرعة الفهم وسمة الإدراك ويقظة الجسم ، إذْ تنام كل الأعضاء ويظل السمع على أهبة الاستعداد يسجل كل شيء . عند سماع ما ينذر بخطر يلتقطه السمع ثم بعد ذلك تستيقظ العين وباقي الأعضاء . ولعل السمع هو الحاسة الوحيدة التي ليس عليها غطاء حين ينام الإنسان كالعين مثلاً أو الفم . ومما يدل على أهمية السمع ما حدث لأهل الكهف . فإنَّ الحق تعالى حين أراد أنْ

يسلبهم خاصية الإدراك الحسي سلبهم السمع، وَبِسَلْبِ السمع ناموا نومةً طويلةً فيما حكاه عنهم القرآن، قوله عزَّ ثناؤه: ﴿فَضَرَبْنَا عَلَىٰٓ ءَاذَانِهِمْ فِى ٱلْكَهْفِ سِنِينَ عَدَدًا﴾ [الكهف: ١١].

إذن ضربٌ على الآذان يسلب السمعَ يساوي نومه مدتها ٣٠٩ سنوات مصداقًا لقوله تعالى: ﴿وَلَبِثُوا۟ فِى كَهْفِهِمْ ثَلَـٰثَ مِا۟ئَةٍ سِنِينَ وَٱزْدَادُوا۟ تِسْعًا﴾ [الكهف: ٢٥]، مما يؤكد أنَّ السمع هو حاسة الإدراك الحسي الأساسية في الإنسان، وموطن الإدراك الحسي الأول، وأداة السمع الأذنان، فيجب العناية بهما ورعايتهما والاهتمام بنظافتهما.

وإليك الإرشادات اللازمة لذلك:

أولاً: النظافة الدورية المستمرة للأذنين:

علاج الأذن:

١- عند وجود صديد أو ديدان أو قيح في الأذن فعليك بماء البصل الساخن يُقطر في الأذن صباحًا وقبل النوم. كما يفيد ماء البصل في علاج وَشَن الأذن وطنينها أيضًا.

٢- في حالة وجود دود في الأذن يسخن الخل ويقطر في الأذن.

٣- عصير البصل المحمّي على النار، إذا قُطر في الأذن فإنه يقتل الدود والقيح.

٤- حليب المرأة المرضع إذا قطر في الأذن سكّن ألمها وخفّض حرارتها.

٥- ماء العنب إذا سخن وقطر في الأذن جيد مفيد في علاج ألمها، ويمكن مزجه بعسل نحل نقي يسخن ويقطر ينفع من القيح والصديد والماء.

٦- عُسْر السمع والدوي والطنين في الأذن ينفع فيه بخار الخل عندما يسخن على النار ويُستقبل في الأذن.

٧- في حالة ثقل السمع عليك بماء البصل مضافًا إليه ماء مرارة ضأن وماعز فإنه نافع مجرّب.

٨- يمكن استعمال مرارة الماعز بمفردها علاجًا لثقل السمع وكذلك زيت الزيتون يُسخَّن ويُقطر.

٩- يمنع طنين (وشن) الأذن زيت الزيتون مضافًا إليه ماء البصل، يُسخَّن ويُقطر أيضًا.

١٠- لنظافة الأذن ماء الأكسجين.

١١- تناوُل خمسة فصوص من الثوم يفيد في علاج الأذن في حالة الوجع والالتهابات الحادة.

١٢- أكل بصلة متوسطة يفيد في علاج الأذن.

١٣- لثقل السمع : مرارة الماعز وبولها يسخّن ويقطر .

١٤- إذا شعرت بألم في الأذن فعليك بزيت الزيتون مع بعض فصوص الثوم المطبوخة ، ويقطر في الأذن .

١٥- طنين الأذن يعالجه أكل ورق الكراث أو شرب مستحلب من إكليل الجبل ملعقة صغيرة من زهره لفنجان ماء يشرب على مرتين .

١٦- تغلي قبضة من الخبّازة في نصف لتر ماء على أنْ يستقبل البخار في الأذن ثلاث مرات في اليوم .

١٧- في حالة التهاب الأذن تُغْلَى قبضة من زهر البابونج ويستقبل بخاره أيضًا .

١٨- في حالة الصّمم (الطَّرش)، تُخلَط مرارة الماعز بدهن الورد وتقطر في الأذن فإنها تنفع من الصمم .

١٩- يُدقّ الفجل الأخضر بعروقه مع الملح ويعصر ماؤه ويقطر في الأذن .

٢٠- للورم خلف الأذن : التضميد بالزيت وكذلك بعر الماعز إذا طبخ بخل وثبّت على الورم .

ولقد قرر التنزيل أهمية السمع في هذا النص القرآني الكريم ﴿إِنَّ ٱلسَّمْعَ وَٱلْبَصَرَ وَٱلْفُؤَادَ كُلُّ أُوْلَٰٓئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْـُٔولًا﴾ [الإسراء :٣٦] .

ويأتي السمع في المرتبة الثانية بعد العقل في الإدراك والتفكير قوله سبحانه : ﴿أَفَلَمْ يَسِيرُواْ فِي ٱلْأَرْضِ فَتَكُونَ لَهُمْ قُلُوبٌ يَعْقِلُونَ بِهَآ أَوْ ءَاذَانٌ يَسْمَعُونَ بِهَا﴾ [الحج :٤٦] .

- لعلاج اللوزتين :

١- يُعمل مزيج من ماء البصل والخل مقادير متساوية : ملعقتان صغيرتان من كل منهما يستخدم غرغرةً ثلاث مرات في اليوم .

٢- تستخدم كربونات الصوديوم مع الماء الساخن نسبيًا غرغرة أيضًا فإنها نافعة مفيدة في علاج اللوزتين .

٣- تستخدم شرائح البصل مضافًا إليها بعض الثلج كمادات على اللوزتين ، من الخارج تصف شرائح البصل على هيئة عقد على الرقبة تثبت بمنديل فإنها نافعة مفيدة في العلاج .

٤- تناول الثوم مفيد في علاج اللوزتين : الكمية خمسة فصوص .

٥- أكل بصلة متوسطة تفيد جدًا في علاج اللوزتين .

* * *

العين والبصر

ثالثًا البصر :

﴿إِنَّا خَلَقْنَا ٱلْإِنسَٰنَ مِن نُّطْفَةٍ أَمْشَاجٍ نَّبْتَلِيهِ فَجَعَلْنَٰهُ سَمِيعًۢا بَصِيرًا﴾ [الإنسان :٢] .

يأتي البصر في المرتبة الثانية بعد السمع في تعدد النِّعم بالنسبة للحواس المهمة في الإنسان وكذلك بالنسبة لبارئ الأكوان . فنجد في ترتيب السياق القرآني قوله جلَّ ذكره للكليم موسى عليه السلام وأخيه هارون : ﴿قَالَ لَا تَخَافَآ إِنَّنِى مَعَكُمَآ أَسْمَعُ وَأَرَىٰ﴾ [طه :٤٦] .

وقوله عز شأنه : ﴿قَدْ سَمِعَ ٱللَّهُ قَوْلَ ٱلَّتِى تُجَٰدِلُكَ فِى زَوْجِهَا وَتَشْتَكِىٓ إِلَى ٱللَّهِ وَٱللَّهُ يَسْمَعُ تَحَاوُرَكُمَآ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ سَمِيعٌۢ بَصِيرٌ﴾ [المجادلة :١] . وغلب اقتران السمع بالبصر في معظم آيات التنزيل كما غلب تقديم السمع على البصر ، أما بالنسبة للإنسان فقوله سبحانه : ﴿إِنَّ ٱلسَّمْعَ وَٱلْبَصَرَ وَٱلْفُؤَادَ كُلُّ أُو۟لَٰٓئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْـُٔولًا﴾ [الإسراء :٣٦] .

ونلاحظ أن السمع والبصر هنا تقدّما على القلب على الرغم من أنهما أجد أجناده ويعملان تحت إمرته وضمن مملكته ويتزودان بمداد ضيائه إذْ إنه مولد الحركة ونبع الحياة .

والبصر أحد نعم الخالق الكبرى التي امتن بها على الإنسان . وهو مرآة الجسم وآلة التمييز والكشف للإنسان في الأشكال والأحجام والألوان وإبصار السموات والأرض والكائنات عامة . وبه تمييز القبيح والحسن ، والخبيث والطيب ، وهو مرآة الوجه العاكسة على القلب .

وللعناية بالبصر فعلينا الاهتمام بالعينين ، إذْ إن العين هي أغلى ما يمتلكه الإنسان في الوجود ، وهي درّة غالية أودعها الحق تعالى جسم الإنسان ، بل هي أحد أسرار الخالق جلّ وعلا ، يستدل من خلالها على عظمة الصانع إذا ما قارنا حجمها بالنسبة للسموات والأرض والمخلوقات ومع صغرها كيف تسع هذا الكون الكبير ، فبها نبصر الكائنات من سموات وأرض وكواكب سابحات . إنها عظمة الخالق الكبير المنزل على عبده : ﴿فَتَبَارَكَ ٱللَّهُ أَحْسَنُ ٱلْخَٰلِقِينَ﴾ [المؤمنون :١٤] .

أولاً العناية بالعينين : وتتمثل في الآتي :

١- النظافة اليومية .

٢- غذاء جيد يوفر فيتامين (أ) بكميات وافرة .

٣- عدم إرهاق العين بتكليفها فوق طاقتها . ويتمثل هذا في القراءة وأنت مضطجع أو النظر إلى التليفزيون من مكان قريب أو في حجرة مظلمة أو أقل إضاءة من التليفزيون فيجب أنْ تتساوى إضاءة الحجرة بإضاءة التليفزيون . ويجب أنْ لا تقل المسافة بين الناظر والتليفزيون عن ٣ أمتار على الأقل .

وقد يلاحظ حول العين دوائر سوداء تنشأ عن نقص الخضراوات وخاصة البرتقال والليمون والجزر والبنجر (الشمندر) وأوراق الخضراوات عامة، إذْ إنَّ أكلها يجعل الدم نقيًا مشربًا بالحمرة ويزيل الدوائر السوداء حول العين.

وقد يتكون (العَمَص) عند منابت الرموش وهو ينتج عن نقص فيتامين (أ) في الغذاء، لأن نقص فيتامين (أ) يسبب حرمان الجفون من ذلك السائل الدهني الذي يساعد على انزلاقها، أي نزول الدمع، ومن هنا يحدث الاحتقان وتظهر القروح.

إن الكثيرين منا يعانون من ضعف الرؤية في الظلام وهم يعلمون أنْ تناول قليل من زيت السمك مع كل وجبة يزيل هذا الضعف ويقوي البصر.

- عوامل تساعد العين:

١- النزهة في الهواء الطلق، كالسير بين الحقول الخضراء أو على شاطئ البحر.

٢- ممارسة بعض الرياضة الخفيفة ولو في حجرة النوم.

٣- يجب إغماض العين من وقت لآخر مع وضع باطن (كلوة) الكف عليها دون ضغط، أعني وضع الكف فوق العين مع التدليك الخفيف.

٤- يدلّك حول العين بالسّبابة والوسطى تبدأ من أعلى بمحاذاة الأنف بشكل دائري تحت العين، فإنَّ هذا التدليك يساعد على إزالة التجاعيد التي حول العين.

ويمكن التدليك بباطن (كلوة) الكف لإزالة التجاعيد حول العين.

- عوامل تؤثر على العين:

١- يفضل الامتناع عن التدخين أو التقليل منه قدر الإمكان - إذْ إنَّ الدخان الصاعد للعين من السجائر يضعف ويقلل من بريق العين.

٢- يجب الإقلال من تناول الوجبات الدهنية التي تحدث اضطرابات في الكبد ويظهر أثر ذلك على مقلة العين واصفرارها.

٣- عدم القراءة في نور قوي جدًا أو ضعيف.

٤- إراحة العينين لها دور كبير في نضارتهما وقوة إبصارهما، إذْ في الراحة تجديد لنشاط العين وقوة خلاياها العصبية.

٥- عدم التحديق بالنظر إلى شيء مدة طويلة إذْ إنه أسوأ شيء على العين.

- أثر النظافة الداخلية على العين:

إنَّ العين تعكس النظافة الداخلية للجسم لأنها تستنفد طاقة عصبية أكثر من أي عضو آخر في

الجسم. فعندما يتكاسل الجهاز الهضمي فإن العين تفقد بريقها، لأن المرارة حين تضطرب فإن الصفراء ترتد إلى الدم وتصفر العين، وعادة يظهر على العين التعب قبل أنْ يظهر على أي عضو آخر فإن كان الدم صافيًا نقيًّا من سموم التعب والتلوث الناشئ عن الأطعمة الفاسدة نجد العين برّاقة ناضرة.

وهذه الصفة تعطي الوجه إشراقًا له أهمية في الجمال الكلي للوجه، ولا ننسى أن العين هي الدليل الأول على حالة الجسم الصحية والنفسية.

- **الأطعمة الغنية بفيتامين (أ):**

يجب أن تتوفر في الوجبات اليومية هذه الأطعمة كي نحصل على عين قوية ذات جمال وبريق وقوة في الإبصار، وهي كالآتي:

١- الكبد	٢- البقدونس	٣- السبانخ
٤- الفلفل الأخضر	٥- صفار البيض	٦- الزبدة
٧- اللبن الطازج	٨- القشدة	٩- الجبن الطازج
١٠- المانجو.	١١- اللوز	١٢- الطماطم
١٣- الجيلاتي	١٤- الموز	١٥- البطاطا
١٦- أوراق الجرجير الخضراء		١٧- الجزر

١٨- السمك وخاصة زيت السمك.

كما يجب الحذر من أخذ ملينات شربًا مثل زيت البرافين إذْ ثبت علميًّا أنه يحرم الجسم من فيتامين (أ) وهو أغلى وأهم فيتامين لصحة العيون.

تمرينات لتقوية العين:

١- انظر إلى شيء بعيد ثم انقل بصرك إلى شيء قريب. كرر هذه العملية عدة مرات.

٢- انظر إلى أعلى شيء يمكن أن تراه دون تحريك الرأس ثم حول بصرك إلى أسفل. كرر ذلك عدة مرات.

٣- انظر إلى أقصى نقطة جهة اليمين ثم حول بصرك دون تحريك الرأس إلى أقصى نقطة جهة اليسار.

٤- حرك مقلة العين في حركة دائرية إلى أعلى اليمين ثم إلى يمين ثم إلى أسفل ثم إلى أعلى. كرر ذلك باتجاه حركة عقارب الساعة.

٥- حرك مقلة العين في حركة دائرية عكس عقارب الساعة.

- **أدوية للعين :**

١- لجلاء البصر وتقويته ، بغلي خمس جرامات من حب الشمر لمدة خمس دقائق ثم يترك ليبرد . بعد ذلك تغسل العينان .

٢- لذهاب الماء النازل من العين يقطر ماء العنب الأحمر .

٣- لذهاب ضباب العين يؤكل صفار ثلاث بيضات مع وزنه سمنًا بقريًا على الريق خمسة أيام .

٤- لذهاب حمرة العين (الظفر) يقطر ماء حب الرمان .

٥- لذهاب ماء العين **«النقطة أو الرهامة»** في لغة العامية ، يسحق بذر البصل ويمزج بماء مرارة ديك ويقطر في العين . ولذهاب البياض على العين يقطر ماء البصل ممزوجًا بعسل النحل النقي .

٦- لذهاب الماء الذي على العين يقطر مزيج من عسل النحل النقي مع ماء البصل فإنه جيد مجرب مفيد .

٧- يكتحل بعسل النحل بمفرده لجلاء البصر وذهاب آلام العين والتهابها .

٨- يكتحل بماء البصل (قطرة) لذهاب الدمع النازل وحمرة العين .

٩- يقطر بماء الليمون المخفف بالماء لإزالة صديد العين والرّمد ، ويمكن إضافة الليمون إلى ماء البصل وهو أفضل لتخفيف الليمون بدلاً من الماء العادي .

١٠- لجلاء البصر ومنع الماء النازل يقطر ماء العنب العادي أو (عنب الدببة) .

١١- لجلاء البصر وذهاب آلام العين وحمرتها يقطر ماء البقدونس ، عصيرًا أو مغليًا بعد أن يبرد .

١٢- لتقوية البصر : قطرة مكونة من مزيج من ماء الورد محلى بسكر نبات .

١٣- لتطرية العينين قطرة من لب البطيخ في بداية تكوينه داخل البطيخة أي حديث (نيء) .

١٤- لتقوية النظر يشرب مستحلب من الخزام؛ ملعقة صغيرة من الزهر لفنجان ماء يشرب ثلاثة فناجين في اليوم . وهو علاج نافع أيضًا من مرض الربو والكريب والصفرة واضطراب الكبد والطحال والسيلان لدى النساء .

١٥- لجلاء البصر وقوته : يغلى ٥ جرامات من الشمر مدة خمس دقائق ثم يبرد ويقطر .

١٦- لورم العين : لبخة من ورق الفجل الأخضر .

١٧- للحول والقرنية : سكر النبات ممزوج بدم كبد الماعز : أي تشقق الكبدة وتوضع على النار وعند ظهور رغوات أعلاها يرش السكر ناعمًا ويقشط هذا المزيج في إناء نظيف ويكتحل منه في العين فإنه نافع مفيد في علاج الحول والقرنية . ومجرب أيضًا في علاج قصر النظر إذا أكلت الكبدة ممزوجة بالبقدونس .

١٨- لورم العين : لبخة من مغلي زهر البابونج .

١٩- لدرنات العين : حَبٌّ يعرف (بالجلجل)، يدهن بدهن الورد (خلاصة الورد) . ويدلك الدرن برأس الفجل (جذور الفجل) ثلاث مرات في اليوم .

٢٠- لتجاعيد الأجفان : لبخة ماء غليت فيه الخبازة ورقًا أو زهرًا؛ كبيرة من النبتة تغلي خمس دقائق في نصف لتر ماء ثم يصفّى الماء ويحفظ ويوضع منه على الأجفان .

٢١- لذهاب الماء الأزرق (النقطة على العين) تقطر مرارة الغراب، يُصاد ويذبح ويقطر والمرارة طازجة .

٢٢- عند التصاق الأجفان اغسلْ عينيك بعصير الليمون المخفف بالماء .

٢٣- عند ورم الأجفان تشق البطاطا نيئة وتوضع على الورم مساء وتكرر بحسب الحالة .

٢٤- لالتصاق الأجفان يستخدم مستحلب من زهرة الخبازة : ملعقتان صغيرتان لفنجان ماء .

٢٥- إذا ظهر على بياض العين أو سوادها عروق حمراء فعليك بالاكتحال بالينسون : يُستحلب ويقطر أو يسحق جيدًا وينخل بمنخل دقيق ويكتحل . والغلي والتقطير أفضل وأنفع .

٢٦- الدمع النازل من العين يفيده خل التفاح شربًا ملعقتان صغيرتان تذابان في كوب ماء يشرب مع وجبات الطعام الثلاث .

٢٧- تقول العرب : يُذهِب دمعة العين الاكتحال بماء البصل (قطرة) أو غسل بماء الورد وهو يذهب حمرة العين أيضًا .

٢٨- لرمد العين : تغسل بمستحلب الزعتر (صعتر بري) تغلى ملعقة صغيرة لفنجان ماء يبرد ويقطر .

٢٩- إذا أصيبت الأجفان بتقرح يصنع من زهرة البابونج مرهم ويوضع على القرح، حيث يسحق الزهر ويعجن بدهن الورد أو زيت اللوز وتطلى به العين .

٣٠- وللرمد والتهاب الجفون يعصر البقدونس ويقطر منه في العين .

٣١- غدة دهنية تظهر داخل أجفان العين : يُذهبها التدليك بقطعة فجل ثلاث مرات في اليوم . أو عمل بخار من ماء تغلى فيه أزهار البابونج . أو قطرة من ماء ندى الزرع يجمع مبكرًا

من فوق البرسيم أو القصب ويقطر في العين.

- أمراض تؤثر على قوة البصر:

العين مرآة الجسم وهي درّةٌ غاليةٌ بالنسبة للإنسان بل هي أغلى ما في الوجود. ولذا يجب معالجة الأمراض الآتية:

أولاً: مرض السّكر (السكّري): وهو ينشأ عن خلل في غدة الاستقلاب (البنكرياس) في الطحال فلا تفرز السكر من عصارة الطعام، بعد عملية الهضم، فيتسرب إمّا للبول وإمّا للدم ويصبح الجسم يعاني من نقص السكر في مقوماته، وتظهر له أعراض مؤثرة على العين منها:

١- تعتيم وعدم وضوح في الرؤية.

٢- حدوث نزيف وانسكاب بشبكية العين.

٣- حدوث جلطة بأوعية العين الدموية.

٤- ضباب في الرؤية وعدم توازن في البصر.

- علاج السكر:

١- تناول بصلة متوسطة تعوّض الجسم نقص الأنسولين.

٢- تناول خمسة فصوص من الثوم.

٣- تناول الخيار والخس والملوخية الخضراء.

٤- مغلي قشور الفاصوليا البيضاء يعالج السكر ويفيد الكُلى أيضًا.

٥- تناول ملعقة كبيرة من عسل النحل النقي على كوب لبن زبادي.

٦- الطماطم (البندورة) طازجة.

كما يراعى الإقلال من الدهنيات والسمين (السُّمون) أي يركز المصاب بالسكري على الخضر ليكون الجانب النباتي أكبر في وجباته: بقدونس، جرجير، كراث، أي خضراوات بكميات وفيرة.

ثانيا: ضغط الدم:

ارتفاع ضغط الدم يؤثر بدرجة كبيرة على قوة إبصار العين بل يفقدها القدرة على الرؤية وتمييز الأشياء.

العلاج:

١- تناول التفاح. ٢- البصل.

٣- الثوم بكميات كافية . ٤- الســـمـــك .

من الثابت أنَّ التفاح هو الغذاء المثالي والعلاج النافع لمرضى القلب . كما أنَّ البصل يقوي عضلة القلب بدرجة كبيرة .

أمَّا الثوم فهو ينظم الضغط ويزيل مادة الكوليسترول في الدم (الدهن الذي يسبب التجلط) . أمَّا السمك فهو يزيد من مادة الهيموجلوبين التي تساعد على سيولة الدم .

٥- ملعقة كبيرة من عسل النحل النقي مع نصف ليمونة في كوب (شاي) ماء ساخن : أي عصير يحلّى بالعسل ، ويكون الماء ساخنًا . ويمكن إضافة ملعقة زيت زيتون في حالة ضيق صمام القلب .

٦- يُغْلَى مفروم البصل في اللبن الحليب ويشرب كما تستخدم الكمثرى والفراولة (الفريز) والجرجير لتنقية الدم من السموم أكلاً أو عصيرًا .

ويلزم صاحب القلب بعض التمرينات الرياضية مثل السير وغيره . كما يراعى الآتي :

١- عدم التدخين .

٢- عدم تناول القهوة .

٣- عدم أكل السمين (السُّمون) والدهنيات .

والقلب هو ينبوع الحياة ومضخة الدم التي لا تهدأ وقد أودعه الحق جلَّ وعلا سرّ الحركة والحياة .

ثالثًا : مرض الصفراء :

مرض الصفراء (يرقان الكبد) وهو عبارة عن اضطراب واختلال الوظائف الكبدية مما يؤثر على العين بإضعاف إبصارها ، كما يلاحظ وجود اصفرار في العين ناتج عن وجود مادة الصفراء في الدم مما يؤدي إلى زوغان (زغللة) في الإبصار .

العلاج :

١- مغليّ النعناع مع شعر الذرة (الشعر فوق الكوز) .

٢- مربة (مربّى) التين : شراب .

٣- عصير الفراولة (الفريز) والكمثرى .

٤- مغلي النعناع مع المرمرية .

٥- الكركديه : شراب .

٦- مغلي أغصان الصفصاف .

رابعًا : الأنيميا (فقر الدم) :

في حالة الأنيميا الحادة يجد المريض زوغانًا في النظر ، كما يفقد البصر تمامًا لفترة وجيزة ، وخاصة عندما يقف فجأة أو يغير اتجاه جسمه أو رأسه .

- العلاج :

١- تناول عصير الطماطم (البندورة) محلّى بالسكر .

٢- تناول الأطعمة التي تحتوي على فيتامين (ب) المركب وفيتامين (أ) .

٣- الفراولة (الفريز) عصيرًا وطعامًا .

٤- التفاح ؛ نفس الطريقة .

٥- الجزر ، الجرجير ، البقدونس ، السبانخ ، البسلة (البازلاء)، الفلفل الأخضر ، الخيار ، البطاطس ، الكبدة ، الزبدة ، اللبن ومشتقاته .

خامسًا : البولينا في الدم :

عند ارتفاع نسبة البولينا في الدم يصاب المريض بضعف شديد في الإبصار ينتج عن وجود انسكابات كبيرة في بؤرة النظر بقاع العين .

وعلاج البولينا : هو الاهتمام بالكليتين أولاً ، وتنقية الدم بصفة عامة ثانيًا .

ويفيد في هذه الحالة الآتي :

١- تناول الثوم .

٢- مغلي البقدونس (شرابًا) .

٣- مغلي جذور الفجل الصغيرة . شرابًا .

٤- مغلي قشر الفاصوليا البيضاء (الحوافظ) شرابًا .

٥- عسل النحل : شراب في ماء ساخن .

٦- عصير الكمثرى والجوافة والفراولة (الفريز) .

رابعًا الأنف والشم

جاء ذكر الأنف مرة واحدة في القرآن العظيم ، ضمن تشريع الحق جل وعلا في آية القصاص رقم ٤٦ المائدة ، وجاء في المرتبة الثالثة من حيث الترتيب بعد النفس والعين قوله عزَّ ذكره : ﴿وَكَتَبْنَا عَلَيْهِمْ فِيهَآ أَنَّ ٱلنَّفْسَ بِٱلنَّفْسِ وَٱلْعَيْنَ بِٱلْعَيْنِ وَٱلْأَنفَ بِٱلْأَنفِ﴾ [المائدة :٤٥] .

والأنف هو حاسة الشم وآلة التنفس التي تعمل دائبة في يقظة أو نوم، إذْ يبلغ مجموع أنفاس الإنسان في اليوم والليلة : ١٧٤٨٢ نفسًا بين الشهيق والزفير، حكمة بالغة ذلك تقدير العلي الكبير . وهو جهاز يشبه المرشّح أو خيشوم السمك يقوم بتنقية الهواء وإمداد الجسم بحاجته .

ويحتوي الأنف على الجيوب الأنفية . ولعلنا ندرك أهمية حاسة الشم كلما اغترفت نسمة طيب انكشح وانجلى الهم . فضلاً عن أنها حياة الإنسان بالنسبة لنسمة الهواء التي تنقيها وتمد بها الجسم الإنساني، فهي أيضًا تجول في الهواء تتحرى أطيب الروائح وأنقى العطور في ثغور الأزهار تستنشق كل نسمة تسبح بحمد العزيز الغفار فيستمتع الإنسان بشذا الطيب والأسرار، فسبحان من أبدع الخلق بحكمته وأوجد كل شيء بقدرته، وكرّم الإنسان على سائر المخلوقات فأحسن صنعته وانظروا كيف تم بناء ذلك من طين، إنها قدرة القوي المتين الذي أخبر ملائكته ﴿إِنِّي خَٰلِقُۢ بَشَرًا مِّن طِينٍ﴾ [ص :٧١-٧٢] . إنها درجة التكريم الإلهي للإنسان .

- **علاج الأنف .**

١- تعالج الجيوب الأنفية بمضغ شمع عسل النحل على الريق . كما يفيدها أكل التفاح والثوم .

٢- سيلان الأنف يعالج بشرب مستحلب من الورد العطري مقدار نصف قبضة (باقة) من الزهر لنصف لتر ماء، يشرب منه فنجان قبل كل وجبة من وجبات الطعام فيعالج ويمنع السيلان .

٣- إذا أصيب الأنف برعاف (نزيف) فيمكن إيقافه بقطرة من ماء البصل أو الخل أو الليمون . وعادة ما يحدث نتيجة لجرح شريان بإحدى فتحتي الأنف، فلا تقلق .

٤- يمكن علاج الرّعاف بإغماس قطنة في عصير القراص ووضعها في الأنف المصابة، كما يفيد شراب مستحلب القراص أيضًا في علاج هذه الحالة .

٥- يوقف الرعاف بخل وماء الورد قطرة في الأنف أو قطنة تغمس في مزيج الخل وماء الورد وتوضع في الأنف النازفة .

٦- يمكن عمل مسحوق (بودرة) من قشر البيض يحرق وينعم جيدًا ثم يوضع على الأنف النازفة .

٧- عند انسداد الأنف بسبب رشح أو تضخم عليك بأكل عسل النحل النقي ومضغ شمعه إذْ فيه مواد ضد الحساسية . ويمكن الاكتفاء بالشمع فقط .

٨- لحمية الأنف تعالج بمغليّ نبات يسمى (كنبات الحقول) مقدار ٥٠ جراماً في كوب ماء

يغلى نصف ساعة ثم يوضع كمادة (لبخة) ويستنشق ثلاث مرات.

٩- إذا التهب غشاء الأنف بسبب الزكام يستنشق مسحوق زهر البابونج، أو استقبال بخار النعناع حال غليانه على النار.

١٠- ويعالج التهاب الأنف بشرب كأس من عصير الليمون محلى بعسل النحل أو سكر النبات وهو مفيد جدًّا للرشح.

١١- يعالج التهاب الأنف بمستحلب من الصعتر (زعتر): ملعقة صغيرة لفنجان ماء يحلّى بعسل أو سكر نبات يشرب مرة واحدة في اليوم.

١٢- لإيقاف الرشح وعلاج الالتهاب: يفرم البصل شرائح ويسخن تسخينًا خفيفًا، أي دون أنْ يتغير لونه، ويوضع على مؤخرة الرأس ويثبت بقماش ولا ينزع قبل ١٢ ساعة.

١٣- إذا فُقِدَ الشمُّ بسبب الرشح يستنشق بمسحوق من ورق الحبق.

١٤- يغسل الأنف من الداخل بمستحلب زهر البابونج عندما يكون الالتهاب داخليًا.

الخضراوات والفواكه والحبوب بين الغذاء والدواء

تشير الدراسات العصرية الأخيرة التي تربط بين الغذاء وحالتي الصحة والمرض إلى أنَّ الخضر والفواكه وأنواع الفول والفاصوليا والحمص والبسلة وسائر الحبوب الصحيحة التي تؤكل لبابًا وقشرًا معًا، والسمك وزيت السمك والمكسرات والبذور والمأكولات جميعًا هي خير ما يكافح الأمراض. أكدت هذه الحقيقة البحوث العلمية التي صدرت أخيرًا كنشرة علمية عن مركز للبحوث بالولايات المتحدة الأمريكية.

التفاح دواء للقلب

من فوائده:

١- يخفض كوليسترول الدم.

٢- يخفض ضغط الدم.

٣- يحدث استقرارًا في سكر الدم.

٤- فاتح للشهية.

٥- يقلل حالات الإصابة بالزكام.

ولكن ما هو السر المكنون في التفاح دواء للقلب؟

إنه مادة البكتين (Pactin) وهي عبارة عن ألياف قابلة للذوبان في الماء، وهذه الألياف تتفاعل مع سائر المواد الأخرى في التفاح لكسح الكوليسترول من الدم.

وقد أجرى معهد الفيزيولوجيا في مدينة (تولوز) بفرنسا دراسة تناولت ثلاثين رجلاً وامرأة أصحاء في منتصف العمر وقد طلب إلى كل منهم تناول تفاحتين أو ثلاثًا يوميًا. وفي غضون شهر واحد مرَّ على اتباعهم هذا النظام الغذائي انخفض كوليسترول الدم في أجسام ٨٠٪ من أفراد هذا الفريق.

التفاح منظم لسكر الدم: يعتبر التفاح في أسفل سلّم المواد التي تقاس بها سرعة تكون السكر في الدم عقب تناول الطعام (Giycemic Index) أي أن التفاح يبقي مستويات سكر الدم أشد استقرارًا ولمدة أطول من السكريات الأخرى. وهذه نعمة من الخالق سبحانه لمرضى السكر، وللذين يتبعون حمية غذائية.

التفاح ومقاومة الرشح: بتناول كمية كافية لا تقل عن ثلاث تفاحات في اليوم. ولقد تبين لباحثين بجامعة ولاية ميشيغان الأمريكية أنَّ معظم المولعين بأكل التفاح بكثرة أقل ترددًا على المركز الصحي بالجامعة وأقل إصابة بخمج المسالك التنفسية العليا عن غيرهم من الذين لا يأكلون التفاح، كما ثبت أنَّ تناول ثلاث تفاحات صحيحة في اليوم يحقق هذه النتائج.

الموز والمعدة

من فوائده:

١- يمنع القرحات.

٢- يخفض كوليسترول الدم.

٣- يحمي المعدة.

لقد دلت الدراسات التي أجريت على الموز الأخضر الذي يؤكل مطبوخًا قبل نضجه، في جزر الكاريبي وأمريكا الجنوبية وإفريقيا (Piantain) على أن الموز المطبوخ يبني الخلايا السطحية لبطانة المعدة مما يشكل حاجزًا يحمي المعدة من آثار العصارات الهضمية.

ويحتوي الموز على تركيز كبير للبكتين، التي تساعد على خفض كوليسترول الدم.

وقد كان الأقدمون يصفون الموز مع اللبن الحليب لقرحة المعدة. وثبت أنه الغذاء الأمثل لأصحاب القرحة المعدية، كما كانوا يصفون الشاي بالعشبة العجيبة لشفاء الربو، والزكام والتهاب القصبات الهوائية، كما كان أطباؤنا القدماء يصفون الثوم للصداع وأوجاع الحلق والخمول. وفي هذه الأيام ثبت أن التفاح يشفي من النقرس والروماتيزم واليرقان وأمراض أخرى، إذ إنَّ الأبحاث العلمية الموثقة أكدت بما لا يقبل الشك أنَّ الأغذية ربما كانت خير علاج يمنع المرض أو يشفي منه إذا وقع.

الموز غذاء ودواء

الموز: يسمى في لغة القرآن الطلح: ﴿وَأَصْحَٰبُ ٱلْيَمِينِ مَآ أَصْحَٰبُ ٱلْيَمِينِ ۝٢٧ فِى سِدْرٍ مَّخْضُودٍ ۝٢٨ وَطَلْحٍ مَّنضُودٍ ۝٢٩﴾ [الواقعة: ٢٧-٢٩].

وفي اللغة الدارجة بالموز. وهو حار رطب. أجوده النضيج الحلو. ينفع من خشونة الصدر والرئة، والسعال، وقروح الكليتين، والمثانة، يدرّ البول ويزيد في المني ويحرك الشهوة للجماع، ويلين البطن، والأفضل أن يؤكل قبل الطعام.

وينصح أنْ لا يؤكل الموز إلا ناضجًا حيث تتكون المواد الكربوهيدراتية في الموز النيء من النشا، ويسبب ذلك عسر هضم، وتكون حلاوته قليلة.

وقد أطلق القدماء على الموز اسم (طعام الفلاسفة) لأن علماء الهند وفلاسفتها كانوا يعتمدون عليه كغذاء أساسي يعينهم على التفكير والتأمل. ويأتي الموز بعد الحليب في الترتيب مباشرة كطعام أساسي شامل. وهو معروف لدى كل الأمم. هذا وتعطي كل ١٠٠ جرام من الموز ٨٨ كيلو سعرًا حراريًّا.

وكان الصينيون يستعملون جذور شجر الموز دواءً شعبيًّا، باستخراج خلاصة جذوره منذ آلاف السنين. وتستخدم خلاصة جذور شجر الموز هذه في علاج اليرقان (الصفراء) والصداع والحصبة.

أما الأبحاث الحديثة فأظهرت أنَّ الموز يساعد في علاج الإسهال، وبعض اضطرابات الجهاز الهضمي. ونظرًا لرقة الموز وتركيبه المضاد للحموضة، وسهولة هضمه، أصبحت الموزة النيئة هي الوحيدة التي يسمح بتناولها لمرضى القرحة المعدية.

القيمة الغذائية والفوائد:

أهم ما في الموز أنه لا يوجد طعام يفوقه في القيمة الغذائية، فضلاً عن غناه بالبوتاسيوم الذي يحد من ارتفاع ضغط الدم.

ويحتوي الموز على فيتامينات (أ، ب، ج). فموزة واحدة توفر نحو ربع ما يحتاج إليه طفل دارج من فيتامين (ج) ومقدارًا وافرًا من (النياسين) و (الريبوفلافين) و (الثيامين).

ومع ذلك نجد محتوى الموزة من الصوديوم ضئيلاً جدًّا وهي خالية تمامًا من الكوليسترول، في حين توفر من السكر الطبيعي ما يزيد عن نسبة ٥٠٪ مما توفره التفاحة. والتفاح هو أقرب ثمر منافس للموز، فضلاً عن أنَّ الموزة لا تسبب السمنة خلافًا للاعتقاد السائد.

فالثمرة التي يبلغ طولها ١٥ سم تحتوي على نحو ٨٥ وحدة حرارية فقط، وهو ما يعادل ما تحويه ليمونة أو تفاحة أو ما يتناول الفرد من الجبن الأبيض البلدي مع وجبة الطعام.

ومع مرور الزمن تظهر للموز فوائد طبية وغذائية جديدة. وقد عرضت حديثًا مؤسسة العلوم الوطنية الفلبينية مزيجًا من الموز وجوز الهند بعد تحليتهما، ويسمى هذا المزيج (بانكون) كحل لمشكلة آسيا الأزلية وهي سوء التغذية. ومما يساعد محبي الموز أنه لا توجد مؤشرات تنذر بنقص في هذه الثمرة عظيمة النفع والفائدة.

هذا الجدول يبين القيمة الغذائية لـ ١٠٠ جرام من الموز:

العنصر	نسبة وجوده
ماء	٧٣,٥ جرامًا
بروتين	١,٣ جرام
دهون	٠,٤ جرام
كربوهيدرات	٢٤ جرامًا
ألياف	٠,٥ جرام
فيتامين (أ)	٤٣٠ وحدة دولية
فيتامين (ب١)	٠,٠٩ ميلليجرام
فيتامين (ب٢)	٠,٦ ميلليجرام
حمض نيكوتينيك	٠,٦ ميلليجرام
فيتامين (ج)	١٠ ميلليجرام
حمض بانتوثينيك	٠,٢ ميلليجرام
حمض سيتريك	١٥٠ ميلليجرام
بوتاسيوم	٤٢٠ ميلليجرام
كالسيوم	٨ ميلليجرام
منجنيز	٣١ ميلليجرام
مغنيسيوم	٠,٦٤ ميلليجرام
حديد	٠,٦ ميلليجرام
فوسفور	٢٨ ميلليجرام

هذا وتعطي كل ١٠٠ جرام من الموز ٨٨ سعرًا حراريًا.

* * *

القرنبيط، أو القنبيط الأخضر:

بروكولي (Broccole)

من فوائده:

يقلّل إمكانيات الإصابة بالسرطان.

وقد دلت دراسات كبرى أجريت على العلاقة بين الطعام وسرطان القولون (المعى الغليظ) أنَّ الخضر كثيرة الأوراق الخضراء بما فيها قنبيط بروكولي هي من أقوى المواد مناعة ضد السرطان.

المقادير اللازمة لتلك النتيجة، هي: نصف طبق من القنبيط يوميًا أو مرة كل يومين.

الجزر

من فوائده:

هو طعام جيد بالدرجة الأولى للوقاية من أنواع كثيرة من السرطان، وخاصة الأنواع المرتبطة بالتدخين.

علاقة الجزر بالسرطان:

قد تكفي كميات قليلة من الجزر بفضل ما يحتوي عليه من مادة كاروتين بيتا (الجزرين ب) لإيقاف تقدم السرطان والإخلال بالآلية التي تحول الخلايا الطبيعية في الجسم إلى أورام خبيثة.

وتشير دراسة سويدية إلى أنَّ أكل الجزر خمس مرات أو ستًا في الأسبوع تقلل إلى حد كبير الإصابة بسرطان البنكرياس. وقد ثبت من إحدى عشرة دراسة دولية على أمور التغذية نجح منها عشر دراسات، أكدت بربط القيمة الغذائية ومقاومة سرطان البنكرياس، وخاصة كاروتين بيتا. وهذه المادة متوفرة بشكل خاص في الجزر والبطاطا الحلوة، والكوسة الداكنة اللون: والخضر عريضة الأوراق، كالكرنب والسبانخ، فهذه لها علاقة تربط بينها كغذاء وبين الإقلال من حوادث الإصابة بسرطان الرئة.

كمية الجزر اللازمة لذلك هي:

جزرة واحدة يوميًا. ويفضل أن تكون مسلوقة أو مطبوخة تسهيلاً لانطلاق كاروتين بيتا. وهذا يقلل على ما يبدو احتمال الإصابة بالسرطان.

التين وفوائده الطبية

التين: هو الثمرة الأولى التي أقسم الحق تعالى بها في التنزيل مقترنة بالزيتون ولم يقسم سبحانه بثمرات سوى التين والزيتون: ﴿وَالتِّينِ وَالزَّيْتُونِ ۝ وَطُورِ سِينِينَ﴾ [التين:١-٢]. وهو حار،

وفي رطوبته يبوسة، وأجوده الأبيض الناضج القشر. يجلو رمل الكلى والمثانة ويؤمن من السموم. وهو أغذى من جميع الفواكه وينفع خشونة الحلق والصدر وقصبة الرئة. ويغسل الكبد والطحال، وينقي البلغم والخلط البلغمي من المعدة ويغذي البدن جيدًا.

التركيب التحليلي لثمرة التين:

يحتوي على نسبة عالية من المواد السكرية كما يحتوي على أملاح أساسية أهمها: الكالسيوم والفوسفور والحديد، وفيتامين (أ) و (ب) ونسبة عالية من فيتامين (ك). وهذه النسبة عبارة عن مادة تدخل في عملية تجلط الدم وإيقاف النزيف.

- القيمة الغذائية:

ترجع القيمة الغذائية العالية لثمرة التين لما تحتويه من المواد السكرية وعنصري الكالسيوم والحديد بتركيز مرتفع.

- الفوائد الطبية:

- لعلاج الإمساك:

ينقع عدد ٣ - ٤ حبات من التين الجاف في كوب ماء بارد في المساء، وتؤكل هذه الثمار صباحًا ويشرب ماؤها على الريق. ولعلاج الإمساك أيضًا يطبخ ٣ - ٤ حبات طازجة مقطعة في قدح من الحليب مع ١٢ حبة زبيب ويشرب الخليط على الريق كذلك.

- لعلاج كسل الأمعاء:

يقطع ٧ حبات من ثمار التين الجاف إلى شرائح وتغمس في زيت الزيتون مع إضافة بعض شرائح من الليمون وتترك ليلة كاملة، وفي الصباح يؤكل هذا الخليط على الريق.

- لعلاج الجروح والقروح:

يضمّد بثمار التين المجففة والمغلية بالحليب. ولهذا الغرض تشق بعض ثمار من التين الجاف بحيث يفتح داخلها تمامًا وتغلى لمدة بضع دقائق بالحليب. وبعد أن تبرد قليلاً يغطى بها الجرح بحيث يكون سطحها الداخلي فوق الجرح مباشرة. وتثبت فوقه برباط قطن مع تجديد هذا الضماد ٣ - ٤ مرات في اليوم.

- لعلاج اضطرابات الحيض:

يغلى ٢٠ - ٣٠ من أوراق التين في لتر ماء، ويشرب من المغلي هذا للحيض وللسعال أيضًا، فإنه يدر الطمث إذا أخذ قبل الميعاد. كما يستخدم هذا الشراب غرغرة وغسولاً للفم والتهاب اللثة.

- منقوع التين الجاف :

يساعد على إدرار البول، وإدرار لبن المرضع .

السمك غذاء ودواء

من فوائده :

١- يخفض إمكان حدوث النوبات القلبية أو ما يعرف بالخبطات (الجلطات) الدماغية والقلبية .

٢- يخفض ثلاثي الغليسيريد في الدم (Trigiycerides) .

٣- يخفف أعراض التهاب المفاصل الرثوي .

٤- يخفف آلام صداع الشقيقة (الصداع النصفي) .

٥- عمل المادة المضادة للالتهابات . ينظم عمل الجملة المناعية في الجسم .

٦- يمنع السرطان، وقد جرب على الحيوانات المخبرية .

٧- يخفف من آثار الربو الشعبي ويزيد من القوة الذهنية .

ويسمى السمك غذاء العقل .

السمك وأمراض القلب :

تربط الدراسات ربطًا محكمًا بين الوقاية من أمراض القلب وبين السمك وزيوته (أوميغا٣ Omega3) .

والأوميغا هذه مركزة في أسماك المياه الباردة كالسلمون والتونة والأشعنبري والسردين . وعلى سبيل المثال فإن النوبات القلبية غير معروفة أبدًا لدى الإسكيمو الذين يبلغ متوسط ما يتناوله الفرد منهم من الأطعمة البحرية ٣٦٤ غرامًا يوميًا، فإن زيوت السمك تمنع تشكل الخثرات الدموية الخطيرة كما تخفض مقدار المواد الدسمة (ثلاثي الغليسيريد) والكوليستيرول المفيد في الدم .

السمك والسرطان :

دلت أبحاث أجريت في جامعة روتجرز الأمريكية على الحيوانات المخبرية على أن السمك وزيوته يقللان من الإصابة بسرطانات الثدي والبنكرياس والرئة، والبروستاتا والقولون .

ويجوز أن تكون هذه الخاصية ناشئة عن تسببها في تخفيض إنتاج مواد (بروستاغلاندين) شبه الهرمونية في الدم . وهي المواد التي ربما كانت تزيد من قوة السرطان .

السمك والتهاب المفاصل :

تفيد الدراسات التي أجراها أستاذ الدواء بكلية طب ألباني بولاية نيويورك ، أن مرضى التهاب المفاصل الذين أعطوا كبسولات من زيت السمك يعادل محتواها مقدار ما تحويه وجبة عشاء من سمك السلمون أو علبة سردين يوميًا ولمدة أربعة عشر أسبوعًا ، قد خفت آلامهم وزاد نشاطهم . وقد استمرت هذه الفوائد مدة شهر كامل بعد انقطاعهم عن تناول تلك الكبسولات .

السمك وصداع الشقيقة (النصفي) :

لقد ثبت بنتيجة إحدى الدراسات أنَّ آلام صداع الشقيقة (Migraine) قلّ توترها وخفّت حدتها في حوالي ٦٠٪ من المرضى الذين أعطوا كبسولات زيت السمك لمدة ستة أسابيع .

السمك والدماغ :

السمك غذاء الدماغ ، لما يحتوي عليه من نسب عالية من البروتين حيث يمكن أن يرفع مستويات الباثات العصبية في الدماغ مما يزيد في تمتع الإنسان باليقظة الذهنية .

وكمية السمك اللازمة لذلك : هي :

وجبة واحدة من السمك أو وجبتان أسبوعيًا مشويًا كان أو مقليًا فإنها تؤدي إلى اليقظة الذهنية ، وتمنع الإصابة بنوبات قلبية . وإن تناول ٨٤ غرامًا أو ١١٢ غرامًا من السمك ينشط مواد الدماغ الكيميائية .

تنبيه : من الأفضل أن يحصل الإنسان على حاجته من أوميغا ٣ من لحم السمك لا من كبسولات زيت السمك ، وخاصة المصابين بالسكري ؛ لأن كبسولات زيت السمك يمكن أن تساعد على تفاقم حالة السّكري .

الثوم والفوائد الطبية

من فوائده :

١- مقاومة الخمج .

٢- يحتوي على مواد كيميائية مانعة للسرطان .

٣- ينشط بالجملة الأجهزة المناعية في الجسم .

وله مفعول مؤثر شبيه بالمضادات الحيوية ، حيث يستعمل الثوم في كثير من أقطار العالم كمضاد حيوي وعلاج يشفي من الزكام والسعال الديكي واضطرابات الأمعاء .

والثوم النيء وخلاصة الثوم المجردة من الرائحة كلاهما يزيد إلى حد كبير من قوة الأجهزة المناعية التي تعتبر الخط الأول في الدفاع عن الجسم من الأمراض الخمجية ومنها السرطان .

وبالبحث فإنَّ معهد السرطان القومي في الولايات المتحدة يضع المكونات الكبريتية في الثوم في أعلى قائمة المواد الطبيعية المانعة للسرطان .

- الكمية اللازمة لذلك هي :

فصٌّ واحد من الثوم النيء يوميًا يساعد على منع الخثرات الدموية .

والثوم النيء في السلطة أو المطبوخ في الطعام يزيد قوة الأجهزة الدفاعية (المناعية) بالجسم ضد كثير من الأمراض أولها السرطان .

الحليب وفوائده

من فوائد الحليب :

١- يمنع تخلخل العظام : Osteoporosis .

٢- يكافح الجميح المعوي ويمنع الإسهال .

٣- يلطف اضطرابات المعدة .

٤- يمنع القرحات الهضمية ويخفض ضغط الدم المرتفع .

٥- يخفض كوليستيرول الدم ويساعد على منع سرطان القولون .

وتفيد الأبحاث أن مادة الكلس في الحليب قد هدأت سرعة النمو في الخلايا المهيأة للسرطان لدى أشخاص شديدي الاستعداد للإصابة بسرطان القولون .

اللبن إكسير حماية العظام

يطلق الأطباء على اللبن عبارة: إكسير حماية العظام . والحقيقة أنه إكسير البدن كله لما فيه من الفوائد التي حباه الله بها ولا توجد في غيره، فهو ملين يرطب الأعضاء ويلين المفاصل، ويهدئ الأعصاب، ويحد من نوبات التوتر العصبي وهو غذاء جيد، مطلق للبطن وينقي الوجه، ويعمل على صفاء اللون ونضرة البشرة . قيمته الغذائية عالية، وفوائده الصحية كثيرة، وكفى به فخرًا أن الحق تعالى جعله عبرة الأنعام: ﴿وَإِنَّ لَكُمْ فِى ٱلْأَنْعَٰمِ لَعِبْرَةً نُّسْقِيكُم مِّمَّا فِى بُطُونِهَا﴾ [المؤمنون :٢١] .

وتشير الدلائل إلى أن النساء اللواتي يشربن الحليب منذ صباهن يصبحن أكثف عظامًا في سن اليأس، مما يجعلهن أقل استعدادًا للإصابة بتقصف العظام .

الزبادي (اللبن الخاثر) والدورة الدموية

ينصح الدكتور (جايلورد هاوزر) خبير التغذية الأمريكي والمستشار الطبي لرجال الأعمال ونجوم السينما في هوليود، مرضاه من أصحاب الوزن الثقيل والمصابين بالروماتيزم وتصلب

المفاصل واضطرابات الدورات الدموية والقلب والجهاز الهضمي، وكل من يريد الحصول على الحيوية والشباب ونضارة البشرة، أن يحرصوا على تناول نصف لتر من لبن الزبادي المحلى بعسل النحل كل يوم ظهرًا ولمدة أسبوع كل شهر؛ لأنه يعتقد أن هذه الطريقة مثالية للحصول على نظافة الأجهزة الداخلية.

اللبن الزبادي وسلامة المعدة:

أصبحت سلطانية الزبادي (اللبن الخاثر أو الرائب) أو علبة الزبادي، مطلبًا أساسيًا في حياة الشعوب من أجل الحصول على معدة سليمة وهضم أفضل، وخاصة الزعماء، والمفكرين والسياسيين والفنانين.. فهؤلاء جميعًا يحرصون في قائمة وجبات طعامهم على اللبن الزبادي، من أجل هدوء أفضل وشباب دائم.. ومن هنا يحظى الزبادي بعناية خاصة واهتمام بالغ في أذهان الكثير من طبقات الشعب نظرًا لفائدته الغذائية وأسراره الصحية والعلاجية.

من فوائده الصحية:

يتميز كوب الزبادي بمكوناته الطبيعية، لأنه خال من أية مواد كيميائية. وقد أكد خبراء التغذية أن القيمة الغذائية الأساسية للبن الزبادي ترجع إلى القيمة الأصلية الموجودة في اللبن الحليب، فضلاً عن أنه أفضل من الحليب لأنه يتكون من لبن منزوع الدسم جزئيًا، فهو قليل السعرات الحرارية لكنه غني جدًا بفيتامين «أ» بكميات تفوق تلك الموجودة في اللبن كامل الدسم. وقد ثبت أنه مصدر جيد للكالسيوم سهل الامتصاص والبروتين شبه المهضوم بفعل ما يحتويه الزبادي من بكتيريا مفيدة نافعة.

كما ثبت علميًا وعمليًا أن جرثومة التخمر في الزبادي تعمل على إخفاء بكتيريا التخمر الضارة في المعدة والأمعاء، لتحل مكانها البكتيريا غير الضارة بنسبة تصل إلى ٨٥٪ وبذلك يعتبر الزبادي مطهرًا للمعدة والأمعاء وغذاء مناسبًا تمامًا للمصابين بارتفاع نسبة الكوليستيرول في الدم وأصحاب تصلب الشرايين، كما يعتبر وجبة عشاء مناسبة لمرضى القلب حتى يقضوا ليلاً هادئًا.

وقد ثبت من الدراسات أن الزبادي يساعد على نمو البكتيريا النافعة، وأن هذه البكتيريا النافعة تساعد الجسم على مقاومة البكتيريا الضارة في الجهاز الهضمي. أما الذين يشعرون بثقل في معدتهم أو الإحساس بمرارة الطعم عند شرب اللبن الحليب فعليهم استبداله بالزبادي. ونظرًا لما للزبادي من فوائد عظيمة النفع، فإن الأطباء ينصحون معظم المرضى تقريبًا بتناول الزبادي صيفًا وشتاء.

الزبادي والكوليستيرول في الدم:

أكدت نتائج الأبحاث التي قام بها فريق من الأطباء الأمريكيين على قبيلة إفريقية تسمى (ما ساي) وعلى بعض البالغين في أمريكا، أنه كلما زادت كمية تناول الزبادي نقصت كمية الكوليستيرول في الدم. وأثبت هذه الحقيقة العلمية أيضًا دكتور (جورج مان) أستاذ الكيمياء العضوية بكلية طب جامعة (ماندربليت) الذي اكتشف بعض الظواهر التي تشير إلى أن اللبن الزبادي يساعد على نقص كمية الكوليستيرول في الدم، وهي المادة التي تسبب تصلب الشرايين، لأن البكتيريا الموجودة في الزبادي تعمل على وقف إنتاج الكوليستيرول.

أما الدكتور (ديك كلين) الأستاذ بكلية طب جامعة «رنجرز» الأمريكية، فينصح المرضى الذين يعالجون بالمضادات الحيوية بتناولها عن طريق الفم، بضرورة تناول الزبادي لأنه يعمل على إعادة مادة (الفلورا) المعوية التي يحتمل أن تكون المضادات الحيوية قد أزالتها.

الزبادي وسرطان القولون:

أكدت الدراسات التي أجراها المعهد القومي للسرطان بأمريكا أن اللبن الزبادي المحضر بطريقة خاصة، من الممكن أن يكون هو العلاج الحديث الذي يقي من الإصابة بسرطان القولون؛ لأن التجارب الأمريكية أثبتت أن الناس الذين يتناولون كميات كبيرة من اللحوم الحمراء يكون لديهم نسبة عالية من إنزيمين مسببين للسرطان في أمعائهم بالمقارنة مع النباتيين الذين لا يتناولون اللحوم. لوحظ هذا عندما قام الأطباء بتزويد أكلة اللحوم بكميات إضافية من جرثومة (لاكتوباكيلوس أسيدوفيلوس). وهذه الجرثومة تستخدم في صناعة بعض أنواع اللبن الزبادي فلاحظوا انخفاض نسبة الإنزيمات التي تسبب سرطان الأمعاء.

وجاء في تقرير المعهد عن نتائج هذه الدراسات أن جرثومة (لاكتوباكيلوس) تحمي حيوانات التجارب من الإصابة بسرطان القولون. ولا يزال العلماء والباحثون يبذلون قصارى جهدهم في البحث للوقوف والتأكد من أن إضافة جرثومة (لاكتوباكيلوس) إلى اللبن الزبادي وبعض المنتجات الغائية الأخرى يمكن أن تقي الإنسان من الإصابة بسرطان القولون الذي هو أكثر الأمراض السرطانية الباطنية انتشارًا في الولايات المتحدة الأمريكية.

البصل وصحة القلب

يحتوي البصل على زيوت طيّارة ذات قيمة عالية من حيث الفوائد الصحية، إذ تعمل على تقوية عضلة القلب. وتناول البصل نيئًا يساعد على سيولة الدم: (عدم تخثّره).

ومن فوائده:

١- يقوي الكوليستيرول الجيد النافع الرفيع الكثافة في الدم الذي يعرف بـ (HDL).

٢- يؤخر عملية تخثر الدم (تجمد كريّاته).

٣- يخفض درجة الكوليستيرول عامة في الدم .

٤- ينظم سكر الدم .

٥- يحتوي على مواد كيميائية منعت إصابة الحيوانات المخبرية بالسرطان .

وهو يقلل من الإصابة بما يعرف بالنوبات القلبية أو الخبطات الدماغية ، نظرًا لما له من قدرة فائقة على رفع مستوى الكوليستيرول المفيد أو الدسم الرفيع الكثافة في الدم .

ويبدو أن البصل المطبوخ ينشط عملية الجملة المذيبة للتخثرات في الدم (حال الليفين Fibrinoiytic) الواقية للجسم .

وفي تجارب على الحيوانات المخبرية تبين أن البصل يخفض ضغط الدم المرتفع .

كما أنه قد تم عزل مواد في البصل يمكن أن توقف التبدلات الخلوية التي تسبق النمو السرطاني .

وهو في مقدمة المواد التي يوصي الأطباء مرضى السرطان بتناولها لما له من تأثير مباشر في مكافحته والحد من نموّه .

القلب والأوعية الدموية

١- تصلب الشرايين :

١- ثوم .

٢- تفاح .

١- يزيل أكلُ الثوم النيء تصلب الشرايين وكذا الأمراض المُصاحبة له كالإمساك والدوخة ، حيث يعمل على تنقية الدم من الدُّهون .

ولإزالة رائحة الثوم يمكن مضغ بضع أوراق من النعناع أو البقدونس الأخضر ، أو شرب ملعقة كبيرة من عسل النحل بعد تناول الثوم بنصف ساعة .

٢- التفاح :

يستخدم التفاح المقطّر أو السائل في الوقاية من تصلب الشرايين وفي علاجه أيضًا .

ارتفاع ضغط الدم :

١- ثوم .

٢- تفاح .

٣- كمثرى .

٤- أوراق الزيتون.

١- يخفض الثوم ضغط الدم المتزايد خصوصًا في مرض تصلب الشرايين. ويكفي لذلك تناول فصوص ثلاثة يوميًا.

٢- يعالج التفاح زيادة ضغط الدم الناتج عن امتلاء (تصلب) الشرايين. يشرب عصير التفاح أو تناول ثلاث تفاحات في اليوم.

٣- الكمثرى: تستخدم ثمارها في علاج ارتفاع ضغط الدم في سن اليأس (٥٠ : ٦٠ سنة) أو نتيجة تصلب الشرايين أو مرض الكلى، وذلك ببشر كيلو منها وأكله على دفعات طوال اليوم على أنْ لا يأخذ المريض أي سائل آخر في ذلك اليوم.

٤- أوراق الزيتون: لتخفيف الضغط يغلى ٤٠ جرامًا من ورق الزيتون لليتر ماء، ويمكن شرب أربعة فناجين يوميًا.

ويمكن أن تأكل حبتين من الخردل على الريق كل صباح لبضعة أيام، فإن ذلك يدفع ازدياد الضغط ويشكل وقاية من انفجار شريان ما في الدماغ.

القهوة، الشاي، البيض، وزيادة الكوليستيرول في الدم:

مفاجأة: أكدت البحوث أن الرجال الذين تجاوزوا الأربعين من العمر ويأكلون عشر بيضات أو أكثر أسبوعيًا لديهم نسبة أقل من الكوليستيرول في الدم عن الذين يتناولون ثلاث بيضات فأقل أسبوعيًا. هذا ما أظهرته دراسة أجريت لهذا الغرض.

أما المفاجأة الأكثر فهي أن تناول ثلاثة أقداح من القهوة أو أكثر يوميًا يلازمه ارتفاع نسبة الكوليستيرول في الدم عن تناول قدحين فأقل يوميًا. أما الذين يتناولون الشاي فقد أثبتوا عكس ذلك وهو أن تناول المزيد من الشاي يصاحبه الأقل من الكوليستيرول في الدم.

استنتج الخبراء أنه من الذكاء استبدال القهوة بالشاي وصرف النظر عن التوقف عن تناول البيض.

القهوة وأمراض القلب:

إن الذين يشربون خمسة أقداح قهوة أو أكثر يوميًا معرضون إلى خطر الإصابة بأمراض قلبية مرتين ونصف زيادة عن الذين لا يشربون القهوة.

كما أن تناول قدح أو اثنين من القهوة يوميًا يضاعف الإصابة بالأمراض القلبية بمعدل ٣٢% زيادة عن معدل الإصابة عند الذين لا يشربون القهوة. وعلى الذين يدمنون شرب القهوة أن يدركوا هذا الخطر.

فقر الدم (الأنيميا) :

١- تفاح .

٢- نبات إكليل الجبل .

٣- نبات لسان الحمل .

١- يُستعمل التفاح بأكله طازجًا في علاج فقر الدم، أو شرابًا . وهناك مثل إنجليزي يقول : (تفاحة واحدة في اليوم تبعد الطبيب عن البيت) .

٢- مستحلب (إكليل الجبل) : ملعقة صغيرة لفنجان ماء .

٣- مستحلب (لسان الحَمَل) : ملعقتان صغيرتان لفنجان ماء : يؤخذ ثلاثة فناجين محلاة بعسل النحل أو بسكّر نبات .

لتنقية الدم :

١- فراولة (فريز) . ٢- جرجير . ٣- نعناع . ٤- ينسون .

يسحق الجميع بنسب متساوية وتخلط ثم يؤخذ قدر ملعقة صغيرة لكوب ماء صباحًا ومساء .

اضطراب الدورة الدموية :

١- ثوم .

٢- ينسون ونعناع .

١- يجب أكل ثلاثة من فصوص الثوم يوميًا .

٢- شرب مستحلب الينسون والنعناع : ملعقة صغيرة من كل منهما لكل كوب ماء صغير (كوب شاي) .

لتنقية الدم من الزلال :

١- بذر بصل .

٢- نبات شوك الجمل .

٣- لحية الذرة .

١- يغلى ٥٠ جرامًا من بذر البصل في نصف لتر ماء، يظل على النار حتى يبقى نصفه، أي ربع لتر، يشرب هذا الباقي على ثلاثة أيام على الريق .

٢- نبات شوك الجمل : يسمى أيضًا القصوان . يغلى منه قبضة في لتر ماء ويشرب كبديل عن الماء طوال اليوم .

٣- يعالج الزلال بمغلي لحية الذرة (وهي الشعر الذي فوق الكيزان) وتسمى أيضًا بالحريرة (فوق الكوز): ثلاثون جرامًا لنصف لتر ماء. ولا يشرب إلا بعد الغلي بساعتين.

لتذويب الدهن من الدم:

١- يجب الامتناع عن الملح وعن الموالح والدهنيات والسمن، والجبنة والألبان الدسمة، والبذور والمقليات، والقهوة والتدخين.

٢- الإقبال على الخضراوات والفواكه. ويمكن أكل اللحوم الحمراء غير الدهنية كلحم البقر، والدجاج والسمك، أي كل صنف منها في يوم، وجبة واحدة مشوية.

٣- يعالج الكوليستيرول (الدهن في الدم) بشراب مستحلب مكوّن من البقدونس وزهر الخزام: ملعقة صغيرة بقدونس، ٣ فصوص ثوم، نصف ملعقة صغيرة من زهر الخزام، ملعقة متوسطة من نبات القصعين (المريمية / بخور مريم). تضاف المقادير إلى لتر ماء يشرب بعد الغلي بمعدل ثلاثة فناجين يوميًّا.

للأملاح:

١- تعصر نصف ليمونة حامضة في كوب ماء ساخن ويشرب هذا المزيج على الريق، ويمكن أن يحلّى بملعقة عسل نحل صغيرة. ويستمر تناوله لمدة نصف شهر.

لنزيف الرئة والمعدة:

يُسعَف صاحب النزيف بعصير نبتة تسمى (كنباث الحقول) فيعطى ملعقة صغيرة كل ساعتين، أي ست ملاعق في اليوم، أو أكل مسحوق العشبة نفسها وبنفس المقادير والمواعيد. ويمكن شرب مغلي النبتة ذاتها بنسبة خمسين جرامًا لكوب ماء يغلي نصف ساعة على النار، ويشرب ساخنًا في حال نزيف الرئة، ويشرب باردًا إذا نزفت المعدة.

ويعالج الطب الطبيعي النزيف بجذور عشبة تسمى **«عصا الراعي»**: خمسة جرامات من جذورها المفرومة لفنجان ماء يشرب في اليوم فنجانان وذلك لمعالجة الإسهال المصحوب بدم بسبب تيفود أو زحُار (دسنتاريا) ويستعمل هذا المغلي نفسه باردًا في غسل الجروح والقروح، وفاترًا عند نزف اللثة كمضمضة.

نزف الأنف:

١- عصير البصل ينقّط منه في الأنف النازف أو تغمس قطنة بماء البصل والخل وتوضع بفوهة الأنف.

٢- عصير نبتة القراص. يوضع بنفس طريقة عصير البصل.

٣- كما يمكن استعمال مغليّ جذور القراص ملعقة كبيرة لفنجاني ماء يغلي عشر دقائق. أو باستخدام صبغة القراص. وإليك كيفية عملها:

١- يوضع عشرون جرامًا من العشبة وحدها (دون الجذور) في ستين جرامًا من السيبرتو النقي في زجاجة محكمة السد، وفي مكان حار لمدة نصف شهر، تخض الزجاجة كل يوم، ثم تصفى وتحفظ. تؤخذ نقطتان أو أكثر في بعض الماء أو على قطعة سكر.

أمَّا مستحلب القراص، فيفضل في علاج نزيف الرئة (السل) وفقر الدم والبواسير والجهاز البولي ونزيف الرحم.

أمَّا صبغة القراص، فلمعالجة الأمراض الجلدية كالإكزيما: ثلاث مرات يوميًّا لكل مرة ثلاث نقط. ومغلي جذور القراص لحصاة الكلى وضغط الدم والسعال البلغمي. وكيفية عمل مستحلب القراص هي: ملعقتان صغيرتان مفرومتان من العشبة لفنجان ماء. يشرب فنجان مرتين في اليوم.

تجلط الدم:

للوقاية من تجلط الدم يشرب عصير من لسان الحمل السناني، قدر كوب شاي في اليوم.

القلب ينبوع الحياة

القلب هو ينبوع الحياة بما أودع الله تعالى فيه من سر الحياة. وهو بمثابة الدينامو المحرك لجسم الإنسان. وإنْ كان القلب جعل الله تعالى فيه سر الحياة والحركة، فقد اشترط سبحانه سلامته للنجاة يوم الفزع الأكبر، يوم الهول، يوم العرض على عالم الأسرار الخفية، فقال جل شأنه: ﴿يَوْمَ لَا يَنفَعُ مَالٌ وَلَا بَنُونَ ۝ إِلَّا مَنْ أَتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ﴾ [الشعراء:٨٨-٨٩].

وسلامة القلب المقصودة هنا: هي سلامته من الشرك وظلمات الأغيار ومن الحقد والحسد، وهما الآفتان اللتان تفسدان القلب، فإن سلامة القلب من هذه الآفات يتأتى بها سلامة الاعتقاد في الإيمان بالله خالق الأكوان. فإن صحة سلامة القلب بهذه المعاني صحة النجاة. وسلامة القلب في صحة الاعتقاد لا تتأتى إلا بصحة القلب وسلامته من آفات الأمراض العضوية وبالتالي سلامة البدن تتبع سلامة القلب ويتبع ذلك سلامة الفكر التي مؤداها صحة الاعتقاد. وقد جاء القرآن العظيم بأعلى صنوف الدواء للقلب ألا وهو ذكر الله فقال سبحانه: ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ [الرعد:٢٨].

أما أدوية القلب من الأشياء الحسية فكثيرة فيما أودع الله في الطبيعة وهي متعددة بحسب تعدد أمراضه العضوية، منها: ضيق وتصلب الشريان التاجي، وأسباب ذلك عديدة منها:

١- التصلب العصيدي الذي ينشأ بسبب زيادة الدهون في الدم .

٢- بسبب التدخين .

٣- التوتر العصبي .

٤- زيادة الوزن علاوة على أسباب أخرى مثل ضغط الدم والسكر المرتفع . . إلخ .

ولعل ثلثي المرضى الذين يصابون بالجلطة القلبية يحدث عندهم فيما بعد قصور في القلب، وتكون نسبة الوفاة عند هؤلاء حوالي ٨٥٪ خاصة الذين يصابون بقصور في البُطين الأيسر .

أسباب قصور الأذين الأيسر :

١- ضيق الدسام التاجي .

٢- أسباب قصور البطين الأيسر ، وهي عديدة أهمها :

١- اعتلال عضلة القلب .

٢- ارتفاع الضغط .

٣- ضيق الأبهر .

٤- ضيق الدسام الأبهري .

٥- ضيق الدسام التاجي .

٦- قصور الدسام الأبهري .

٧- فتحة ما بين البطينين .

٣- أسباب قصور البطين الأيمن :

١- ثانوي ثان لقصور البطين الأيسر .

٢- ثانوي ثان لأمراض رئوية .

٣- ذرة رئوية كبيرة .

٤- ضيق دسام الشريان الرئوي .

٥- فتحة ما بين الأذينين .

٦- فتحة ما بين البطينين .

٧- اعتلال عضلة القلب .

٨- احتشاء العضلة القلبية .

قصور القلب :

لقلبك حق عليك ، تلك النعمة التي أنعم الله تعالى بها عليك وسخرها في خدمتك ، ليل نهار : يقظة ونومًا ، دلالة على عظمة العزيز الغفار .

وقد تعجب حين تعلم أنَّ الدورة الدموية التي يضخها القلب يوميًا في كل إنسان تبلغ ٦٢ ألف ميل ، وهي ما يكفي للدوران حول الكرة الأرضية مرتين ونصف المرة ؛ ذلك تقدير العزيز العليم .

وحقّ قلبك عليك أن لا تسيء استخدامه ، فتجهده فوق العادة ، أو تحمله فوق طاقته .

وظيفة القلب : توزيع ١٨ جالون دم على جميع أعضاء الجسم بالتساوي في آنٍ واحدٍ . وبالرغم من أنَّ الدم يضخ بداخله إلا أنه يتغذى كباقي الأعضاء عن طريق الوريد . أي لا يمتص نصيبه من الدم من داخله وإنما يوزع على جميع الأعضاء كلٌّ على حسب ما قدر الله له بدقة متناهية بما فيها هو نفسه . وإنما يدل ذلك على دقة وعظمة الصانع الكبير الرب القدير جل ثناؤه .

قصور القلب : هو عجزه عن تغذية الأنسجة بما تحتاجه من أكسجين عن طريق الدم .

أسبابه :

١ - الضغط الشديد بتكليفه ما لا يطيق من جهود شاقة ، وخاصة لدى الرياضيين الذين يقومون بأعمال رياضية قاسية وبصورة مستمرة فيحدث توسيع في القلب ويكبر ويتضخم فيؤدي للعجز الذي ألمحنا إليه .

أعراض تصلب الشريان التاجي :

ليس لضيق الشريان التاجي أعراض معينة دائمة ، وإنما تتوقف على درجة الضيق .

فإذا كان الضيق شديدًا فإنه يؤدي إلى ذبحة صدرية ، أو ألم في منتصف الصدر يكون عادة خلف عظمة القفص . أما إذا كان مفاجئًا فإن الضيق يحدث بالتدرج .

وجميع حالات ضيق الشريان تؤدي إلى حدوث آلام شديدة في منتصف الصدر ، وتعطي إحساسًا بأن شيئًا ضاغطًا يتعدّد رويدًا رويدًا داخل الصدر . وتصل هذه عادة إلى الكتف الأيسر والعضد أو الساعد الأيسر ، وربما الناحية اليسرى من الرقبة والوجه والقلب . وغالبًا ما تكون هذه الحالة مصحوبة بعرق غزير مع الإحساس باقتراب الموت . وسرعان ما تزول هذه الآلام باستجلاب أقراص موسعة للشرايين .

وقد تنشأ آلام الصدر من أسباب أخرى غير ضيق الشريان التاجي مثل الآلام الروماتيزمية في

عضلات الصدر، أو التهاب الغضاريف الخاصة بالقفص الصدري أو الضلوع. أو التهاب الغشاء البلوري المحيط بالرئتين... إلخ.

أعراض قصور البطين الأيسر:

١- هبوط في الضغط.

٢- ارتفاع عدد ضربات القلب.

٣- اللهاث عند القيام بجهد يبذل في السير أو صعود السلالم.

٤- الاضطراب في النوم والرغبة في الجلوس لكي يتم التنفس بحرية.

٥- تعب وارتخاء في جميع أنحاء الجسم.

٦- زيادة التبول ليلاً بصورة ملحوظة.

٧- سعال مصحوب ببلغم.

أعراض قصور البطين الأيمن:

١- فقدان الشهية، ويصحب ذلك ألم في الصدر عقب تناوله الطعام.

٢- يرفض المريض تناول الطعام تجنبًا للألم.

٣- ألم في الجهة اليمنى من البطن.

٤- ازدياد التبول ليلاً ويقل نهارًا.

نوعية الغذاء للمصابين بقصور في القلب

يستطيعون تناول جميع المأكولات دون استثناء، ولكن بمراعاة الشروط التالية:

١- الوجبات يجب أن تكون صغيرة على فترات متقاربة وخفيفة على المعدة.

٢- عدم تناول المياه الغازية والبيكربونات.

٣- عدم تناول المنبهات.

- التدخين. - القهوة.

- الشاي. - المشروبات الروحية.

٤- الملح وهو من أبرز الشروط التي يتبعها المريض. وهنا تحدد كمية الملح تماشيًا مع درجة خطورة حالة القصور عند المريض.

٥- الراحة التامة وهي تلعب دورًا مهمًا في العلاج.

وعلاج القلب في زروع وثمار نص عليها القرآن، إليك بيانها: ﴿هُوَ ٱلَّذِىٓ أَنزَلَ مِنَ ٱلسَّمَآءِ

مَآءٌ لَكُم مِّنْهُ شَرَابٌ وَمِنْهُ شَجَرٌ فِيهِ تُسِيمُونَ ﴿١٠﴾ يُنبِتُ لَكُم بِهِ ٱلزَّرْعَ وَٱلزَّيْتُونَ وَٱلنَّخِيلَ وَٱلْأَعْنَٰبَ وَمِن كُلِّ ٱلثَّمَرَٰتِۚ إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَءَايَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ [النحل :١٠-١١]. ففي سورة النحل بيّن سبحانه أنه أنبت بماء السماء الزروع والأشجار وكل الثمار.

أما في سورة فاطر فبيَّن جل شأنه أنه أخرج بماء السماء أيضًا ثمرات مختلفًا ألوانها، فقال سبحانه: ﴿أَلَمْ تَرَ أَنَّ ٱللَّهَ أَنزَلَ مِنَ ٱلسَّمَآءِ مَآءً فَأَخْرَجْنَا بِهِۦ ثَمَرَٰتٍ مُّخْتَلِفًا أَلْوَٰنُهَاۚ﴾ [فاطر :٢٧].

وهذه الزروع والثمار سخرها العزيز القهار لخدمة الإنسان ونفعه، وبسط الوجود كتابًا يستدل به على وحدانيته، وألهم العقل بحكمته أن يأخذ من الطبيعة ما يبرئ علته ويحفظ وصحته.

دواء القلب من النباتات

١- حفنة من نبات يسمى إكليل الجبل تنقع في لتر من عصير العنب مدة يومين، ثم يشرب منه صاحب قصور القلب مرتين يوميًّا، المرة تقدر بفنجان قهوة.

٢- يمكن معالجة القلب ذي الخفقان والضغط والتهيج بشرب مستحلب من زهر الخزام: ثلاث ملاعق صغيرة لفنجاني ماء. يشرب فنجانان يوميًّا.

٣- لخفقان القلب وضيق النفس: يستعمل كبش القرنفل، مع سكر النبات. تسحق حبتان مع السكر، تؤخذ وتشرب وراءه جرعة ماء.

٤- شرب جرعات من النعناع المركّز: ملعقة كبيرة لفنجان ماء ويحلى بسكر نبات.

٥- لتسكين الخفقان العصبي وغيره من الأعراض العصبية، يؤخذ مستحلب من زهر البنفسج العطر: ملعقة صغيرة لفنجان ماء يترك بعد غليه مغطى بضع ساعات ليتخمر ثم يؤخذ للكبار ملعقة كبيرة وللصغار ملعقة صغيرة. وهو نافع أيضًا للمسنين.

٦- عند الشعور باضطراب القلب يمكن عمل الحمامات الخردلية كاملة أو جزئية للمسنين والأطفال على السواء.

عندما يزرق لون الطفل فجأة أو يصفر يوضع في حمام خردلي كامل وساخن لمدة دقيقتين.

أما المسن إذا أحس بضعف في القلب وبفقدان الحس في الأصابع، يجرى له حمام خردلي جزئي، أي للساعدين فقط.

الحمام الكلي لجميع الأعضاء:

كمية من بذور الخردل المسحوقة يضاف إليها كمية من الماء الفاتر. وحين تتماسك تذاب في ماء الحمام الساخن بدرجة ٣٧ مئوية حيث يمدد المريض مدة عشر دقائق.

الحمام الجزئي للساعدين فقط :

ملعقتان كبيرتان من بذور الخردل المسحوقة تعجن بماء فاتر ثم تذاب في نصف صفيحة ماء ساخن بدرجة ٣٧ مئوية، ولمدة عشر دقائق أيضًا. وعندما يشعر المريض بحرقان شديد. يُزَالُ الخردل فورًا عن الساعدين بماء ساخن نقي.

ضعف عضلة القلب :

أمَّا عضلة القلب، فتعالج بمستحلب الصعتر : ملعقة صغيرة لفنجان ماء إنه مقوٍّ للقلب والمعدة معًا مسكن لآلامهما. ويمكن شرب فنجانين في اليوم بعد تحليتهما بعسل النحل أو سكر النبات.

تعالج أمراض القلب عامة باستحلاب ملعقة صغيرة من الينسون ومثلها من الصعتر ومثلها من النعناع وكذلك من البقدونس والشمر لكوب ماء.

ضيق صمام القلب :

لضيق صمام القلب ملعقة كبيرة من عسل النحل النقي تذاب في كوب شاي ماء فاتر، يضاف إليها نصف فنجان زيت زيتون وثلاث قطرات من عصير الليمون صباحًا ومساء.

فوائد الخضار والفواكه

القيمة الغذائية، والفوائد الصحية :

لا يختلف اثنان على أن الخضر والفاكهة التي نأكلها تحوي الطاقة التي نبذلها في القيام بأعمالنا اليومية. وهناك أغذية كثيرة نتناولها ولا نعرف مدى فائدتها.

ويقول أحد الأطباء الأمريكيين : إنَّ الجسم يحتاج إلى خمس ساعات لهضم الطعام بينما لا يحتاج لأكثر من خمس عشرة دقيقة لهضم عصير الفاكهة. وهذا يدل على مدى ضرورة الفاكهة لجسم الإنسان. غير أن لكل نوع من الفاكهة منافع تختلف عن غيره. لذا يجب عدم التركيز على نوع واحد، بل يجب الحصول على الأغلبية العظمى من أنواع الفاكهة والخضار الكثيرة الفائدة والنفع للجسم ما أمكن ذلك.

وفيما يلي بيان موجز عن فوائد بعض الفواكه والخضر التي تتوافر في الأسواق على مدى فصول السنة، وتمد الجسم بالطاقة والقوة.

١ - البقدونس :

خضار غني بفيتامين (C) ويحتوي على كميات وفيرة منه، فضلاً عن غناه بفيتامينات (ب) : (ب١)، (ب٢) والكالسيوم والبوتاسيوم والحديد والكبريت والفوسفور. مدرّ للبول بشكل

فعال. مفجر للقوى الجسدية والفكرية. مجدِّد للخلايا. فاتح الشهية للأكل. معرق، يخفف الحرارة. ينظم الطمث (الدورة الشهرية)، ينظف الجسم من السموم لذلك يوصف لأمراض الكبد واليرقان والأمراض الجلدية كالإكزيما والروماتيزم والمفاصل وحصاة البول.

وغلي النبتة مع جذورها يفيد لارتشاح النسيج الخلوي (الأوديما) واضطراب الدورة الدموية والتنفسية والسيلان الأبيض. ومغلي حب البقدونس يخفض درجة الحرارة، وعصيره مهدئ لآلام الكليتين والمثانة والمجاري البولية. ويعجل الشفاء من السيلان عند النساء. وإذا استعمل من الخارج فإنه يشفي الرضة وزرقة الجلد الناتجة عن اضطراب الدم في نقل الأكسجين. وكذلك يلطف حرقان التصاق الأجفان والتهاب العين. وإذا طلي على الثدي أذهب احتقانه ويزيل لسع الحشرات.

ويستخدم غسولاً للشعر فإنه يمنع سقوطه، وللوجه فإنه يغذيه وينقيه. ويضاف عصيره إلى عصير الجزر ويفيد في هذه الحالة بمكافحة كل فساد بالمعدة أو تقوية النظر واللثة. كما يستخدم مغلي أوراق البقدونس وجذوره لإزالة النمش بالوجه بنسبة ١٠ جرامات لفنجان ماء، ثم يطلى بها الوجه. وإذا قطر ماؤه في العين يذهب آلامها ويقوي حاسة البصر.

٢- الكرفس:

تؤكل جذوره وورقه نيئة أو مع السلطة أو التفاح، كما تؤكل مع عصير الجزر أو الطماطم. والكرفس مثير للنشاط والإقبال الجنسي. عظيم الهضم، مدّر للبول.

يوصف لمعالجة الكليتين والمفاصل والروماتيزم، يخفض الحرارة مقوٍّ عام للضعفاء. يذهب انقباض النفس، والكآبة، والعجز الجنسي. ويؤكل أيضًا لإزالة السمنة وتحسين البدن. ويفيد الرياضيين بعد التمارين لغناه بالأملاح، ويساعد على عدم ارتفاع درجة الحرارة بالجسم ويحميه من ضربات الشمس، بالإضافة إلى تأثيره المباشر في هدوء الأعصاب واتزان الجسم.

٣- الخيار:

مدرٌّ للبول بشكل فعّال، غني بمادتي السليكون والكبريت. يساعد على نمو الشعر والأظافر بسرعة. يستعمل عصيره لجلد الوجه: يطلى الوجه في المساء بعصير الخيار الطازج ليستمر مفعوله طيلة الليل حيث إنَّ هذا العصير ينقي الوجه ويكسبه نضارة.

٤- اليقطين، الكوسة، القرع:

غذاء جيد. تحتوي ثماره على نسبة معقولة من البروتينات والأملاح المعدنية، والمواد التي تعادل حموضة المعدة. وهو غني ببعض الفيتامينات ومغلي بذوره يسقط الدودة الشريطية (الوحيدة) والقرع الكوسة غني بالكربوهيدرات.

٥- الفجل :

يحتوي على كميات وفيرة من الحديد، ويفيد في حالة الشعور بالبرد . ويضاف عصيره إلى النعناع والجزر، ويستعمل عصيره محلّى بسكر النبات في علاج الطحال، ويفيد في الغذاء عامة . ومغلي جذوره يفيد في تنشيط الكُلَى ويفتت بعض حصواتها، زيادة على غناه بالكالسيوم .

٦- السبانخ :

مفيد جدًّا لعلاج الإمساك، لأن أليافه خشنة . وهو من الخضراوات الغنية بأملاح الحديد، والكالسيوم، وفيتامينات (أ)، و(ب) ، و(ج) .

٧- الطماطم (البندورة) :

خضار غني بفيتامين (أ) . والطماطم من أهم الخضراوات المعروفة منذ زمن بعيد . ولها استعمالات كثيرة، فهي تستعمل طازجة كسلاطة غنية بفيتامين (أ ، ب ، ج) وتحتوي على مواد تعادل حموضة المعدة، ويوجد بها الصوديوم بتركيز مناسب، وتناول الطماطم طازجة مفيد جدًّا مرضى السكر . وتستعمل في طهو الخضراوات لإعطائها اللون المألوف والنكهة المرغوبة، كما تستعمل عصيرًا طازجًا للشرب أو تركز لإنتاج الصلصة . ويصنع منها أيضًا مربى جيدة الطعم .

٨- التفاح :

يحتوي على مادة الباكتين . وبقاياه الخشنة تعتبر خير دواء للأمعاء . ويفضل أكل التفاح بالقشرة الخارجية لكي يتأكسد بسرعة في المعدة . وهو مفيد للقلب، وللدورة الدموية، ويستعمل في علاج الإصابة بتضخم الغدد الليمفاوية، وبه مواد تكافح سرطان الكبد والقلب . ويمكن إضافة عصيره إلى عصير الليمون، لتحصل على فائدة أكثر وطعم لذيذ .

٩ المشمش :

يعتبر مصدرًا هامًّا للحديد بعد تجفيفه . وهو مصدر هائل للفيتامينات خاصة الطازج منه . ويعمل منه عصير ومربّى . كما يدخل في صناعة «قمر الدين» وله فوائد غذائية وصحية جيدة . ومربى المشمش علاج لآلام الروماتيزم العصبي كطعام .

١٠- الليمون :

غذاء طيب الطعم، وشراب عظيم الفوائد والنفع . غني بفيتامين «أ» ويقوي الشعيرات الدموية الرفيعة . وفيتامين (أ) قابل للذوبان في الماء لذلك لا يختزن في الجسم لمدة طويلة نسبيًّا . ويفضل تناوله يوميًّا .

١١ - الشمندر :

تحتوي جذوره على كميات كبيرة من المعادن والفيتامينات . أمَّا ثماره فتحتوي على فيتامين مقوٍّ .

١٢ - الجزر :

من أهم مصادر الفيتامينات . يدر حليب الأم ، ويجعله ذا فائدة أكبر ، ويقوي أجسام الأطفال ، ويقوي حاسة البصر ، ويساعد في تهدئة المزاج الحادّ (النرفزة) ومن فوائده الكبرى أنّ تناول ثلاثًا منه يوميًا يقاوم السرطان ويكافحه . وشراب الجزر يعالج السعال عند الأطفال ويعمل الشراب بطبخ العصير مع السكر .

١٣ - الكرنب :

هذا النوع من الخضار غني بالحديد ، وهو غذاء جيد غني بالمواد الغذائية المفيدة ، كالبوتاسيوم . وتناول الكرنب يساعد على طرد كميات الماء المختزنة في الجسم .

١٤ - الخس :

غني بفيتامين «أ ، هـ» ، ويعتبر من أهم الخضراوات للسلطة ويؤكل طازجًا ، وتستعمل أوراقه في الحشو . (محشي الخس) . ويوجد في الأوراق نسبة عالية من زيت الخس . وشرب كوب من عصير الخس يفيد أصحاب الأعصاب المتوترة والاضطرابات النفسية والأرق والخس مفيد جدًّا لمرضى السكري ، طعامًا وشرابًا مدرّ للبول مفيد للربو .

١٥ - البسلة (البازلاء) :

من الخضراوات المشهورة والمحبّبة لدى المستهلك . تؤكل بذورها مطبوخة ، ويمكن حفظها في العلب ، كما تستخدم البذور الجافة في عمليات الطهو والتغذية ، وهي غنية بالبروتينات والمعادن اللازمة لبناء الأجسام وغيرها ونموها ، وهي في الوقت نفسه سهلة الهضم .

١٦ - الباميا :

فيها كمية متوسطة من البروتينات والمواد الكربوهيدراتية ، والمواد المعدنية والمخاطية التي تساعد على الهضم والتغلب على الإمساك . وفي بعض البلدان الأجنبية تستعمل بعض بذورها كمشروب بديل عن القهوة ، وهي غنية بالكالسيوم والمغنسيوم .

١٧ - البطاطا :

غذاء مهم وجيد . يستعمل الحب في الكل مسلوقًا أو مشويًا وتعطي طاقة حرارية عالية ،

وتستعمل الصفراء منها في الطبخ. ويعمل من عجينة البطاطا أنواع من الفطائر. ويستخرج النشا والجلوكوز من درناتها، ويمكن أن يدخل دقيق البطاطا في صناعة الخبز. وبها مواد كيميائية فعالة تقاوم السرطان وتكافحه. وهي غنية بالكربوهيدرات وفيتامين «أ ، ب٧».

١٨- اللفت :

غذاء جيد، تؤكل جذوره بعد تخليلها (مخلّل/ كبيس)، كما يمكن أن تستخدم أوراقه في تغذية الإنسان بعد طبخها. وجذوره الدرنية غنية بالمواد الكربوهيدراتية، وبفيتامين «ج، ب».

١٩- الفاصوليا :

من الخضراوات ذات القيمة الغذائية العالية. تؤكل خضراء وجافة كما يمكن أنْ تحفظ في العلب، وهي غنية بالبروتين والبوتاسيوم. ويستعمل مغلي قشورها (الحافظة التي فوق الحبة) شرابًا لعلاج بعض حصوات الكلى وتنشيطها. كما يمكن سحق حبوبها الجافة وتذرى فوق الجروح والجلد الملتهب. وهي غنية بالكالسيوم والصوديوم والبوتاسيوم.

٢٠- الملفوف :

عصيره غني بفيتامين «أ» ويسبب غازات في المعدة، ويفضل أن يستعمل عصيره مع عصير آخر.

٢١- اللوبيا :

تؤكل قرونها الخضراء أو حبوبها الجافة، وهي غنية بالبروتين، وفيتامين «ب١، ب٢ ، ب٧» وهي غذاء جيد مفيد للجسم.

٢٢- البطاطس وسرّ الجمال :

تعتبر من أغنى الخضراوات في قيمتها الحرارية لاحتوائها على نسبة مرتفعة من النشا والبروتين، حيث تعطي الثمرة الواحدة متوسطة الحجم حوالي ١٢٧,٥ سعرًا حراريًا، لذلك يطلق عليها الإنجليز ملكة الخضروات، بينما تعتقد بعض الجميلات أنَّ سر جمالهن يرجع إلى تناولهن البطاطس.

- **الفوائد الصحية :** كل ١٠٠ جرام من البطاطس تحتوي على ٧٥% ماء، و ٢٠% نشويات و ٢% بروتين و ٢% مواد شبه زلالية و ١٢% أملاح معدنية؛ أهمها ٠,٧ ملجم كالسيوم، ١,٧ ملجم حديد و ٥٦ ملجم فوسفور، وقليل من البوتاسيوم، وفيتامين «أ، ب١ ، ب٢»، وتحتوي على نسبة عالية من فيتامين «ج» تصل إلى نحو ٢٦ ملجم، وتوجد نسبة هذا الفيتامين بدرجة مرتفعة في الطبقة التي تلي القشرة الخارجية مباشرة، وكلما كانت البطاطس طازجة زادت

نسبة فيتامين «ج»، علماً بأن تقشير البطاطس مع الجور على القشرة الخارجية يفقد كثيرًا من هذا الفيتامين، والأفضل أن تسلق أولاً في الماء بدلاً من التقشير بالسكين. ثم بعد السلق تنزع القشرة حيث إنَّ الغليان والحرارة لا تفقدانها شيئًا من خصائصها الغذائية.

وقد أثبتت البحوث العلمية أن البطاطس المسلوقة أسهل هضمًا من فول الصويا، ويحتاج الجسم أثناء هضم البطاطس إلى ساعتين، بعدها تصبح مهيأة لإمداده بالقوة والطاقة اللازمة لنشاطه.

٢٣- القلقاس ودفء الناس:

وهي أيضًا من الخضراوات المولدة للدفء والطاقة. تحتوي على نسبة أكبر من البروتينات والنشا والأملاح المعدنية عن تلك الموجودة في البطاطس، حيث إنَّ كل ١٠٠ جرام من القلقاس تحتوي على نحو ٧٤,٣٢% ماء، ١,٩٦% بروتين، ٠,٠٩% دهن، ٢١,٤٨% كربوهيدرات ذائبة، ٠,٦٩% ألياف، ١,٤٦% رماد، فضلاً عن وجود نسبة عالية من المركبات النشوية والسكرية والمخاطية أكثر من البطاطس. وعلى الرغم من أنَّ البطاطس والقلقاس يحتويان على نسبة ضئيلة من فيتامين «أ» فإنَّ البطاطس غنية باحتوائها على فيتامين «ج».

٢٤- البطاطا ونمو الأطفال:

البطاطا (الحلوة) ثمرة لذيذة الطعم حلوة المذاق، سهلة الهضم يحبها الأطفال وكبار السن لحلاوتها طعمًا، وسهولتها هضمًا، فهي غذاء جيد الفائدة عظيم النفع، تعطي الجسم طاقة حرارية تعادل ٣٧٣ سعرًا حراريًا. وتحتوي كل ١٠٠ جرام بطاطا على ٥,١% بروتين، ٠,٩% دهن، ٨٦,١% مواد نشوية وسكرية، ٠,٨% ألياف وأملاح معدنية عبارة عن كالسيوم ٧٦ ملجم، فوسفور ٧٥ ملجم و٣,٣ حديد. وهي غنية بفيتامين «أ» إذ تحتوي على ٢١٩٠٠ وحدة دولية منه، وبها كميات مناسبة من فيتامين (ب، ب١، ب٢) ونسبة عالية من فيتامين (ج) تعادل نحو ٣٤ ملجم، وكل هذه الفيتامينات عوامل هامة في نمو الأطفال وتقوية أنسجة أجسامهم، وللكبار أيضًا.

٢٥- الصعتر (الزعتر) وسر السعادة الزوجية:

الصعتر نوعان:

١- البرى القصير.

٢- الزوباع.

الصعتر البري القصير دقيق الورق، غصنه ينتهي بزهرة واحدة، قد لا يتعدى طوله ٢٠ سم. أمَّا صعتر الزوباع فأوراقه عريضة، يرتفع أحيانًا أكثر من متر، وينتهي غصنه بزهرة أو أكثر عند رأسه.

والأول أشد من الثاني حدةً ومفعولاً. وكلاهما مخفّف لحدة الالتهاب في الأمعاء والكبد ومانع من عدوى الأمراض، منشّط ومقوٍّ عام. وكلاهما مفيد للجهاز العصبي وإصاباته من الوهن. نافع للدوار وطنين الأذن والشقيقة. والصعتر صديق المعدة والجهاز الهضمي، يكافح التشنج والسعال وخفقان القلب والحصبة ومغص المعدة والربو والأرق، وهو مدرٌّ للبول. ويوصف الصعتر بنوعيه للكليتين والمثانة وانحصار البول، والروماتيزم وداء المفاصل. وللأطفال كمقوٍّ عام وقاتل للطفيليات، ولتنظيم الطمث. وهو مفيد جدًّا للجهاز التنفسي والرشح والنزلة الشُّعَبية، وذات الرئة والجنب. وبه مادة قاتلة للجراثيم في الهواء وفي الجسم مثل القروح، والتيفود، والداحس (المسمى ريح الشوكة)، والسل.

ويطلق على الصعتر: عشبة السعادة الزوجية والحب. فهو يقوي العاجزين جنسيًّا ويحقق الملاءمة بين الضجيعين. مفيد للشلل وآلام المفاصل والروماتيزم، والإسهال المزمن والسيلان الأبيض عند النساء. وينظم الدورة الشهرية عن التخلف. وزهرته قاتلة للسموم والربو وآلام الفم ومغص المعدة والحنجرة، وهي مقوية للأطفال مدرّة للبول.

٢٦- النعناع صديق القلب:

صديق القلب والأعصاب والجهاز الهضمي، يبعث على قوة الجسم، يهدئ هياج الأعصاب لما فيه من مواد مضادة للتشنجات، يريح الأحشاء من غازاتها وأرياحها، يقوي عمل الكبد والبنكرياس. يسكّن عاصفة السعال والربو والغضب، يسهل عملية التنفس ويزيل الأرق، يدر البول، ويخفض الحرارة المرتفعة بالجسم وينعشه. ويُنصح بعدم استعمال النعناع في حالات أمراض الحميات لأنه مثير للقيء. ويستعمل خارجيًّا كلبخة للروماتيزم وآلام المفاصل. وزيته مفيد في آلام الأعصاب كدهان خارجي. ومغليّ النعناع أو مستحلبه عظيم النفع في الغرغرة للالتهابات وإزالة التعفنات وشفاء اللثة والأسنان مما ألم بها، زيادة على رائحته التي تطيب الفم. ومنتول النعناع طارد لحاملات الجراثيم كالحشرات، وهو مثير للقابلية الجنسية: خمسة عشر غرامًا لفنجان ماء.

٢٧- الخبّازة البرية:

الخبازة أو الخبيزة، غنية بالكالسيوم، والمغنسيوم، ملينة للجلد تعمل على شفائه، تستعمل أوراقًا وأزهارًا. مانعة لاحتقان الدم نظرًا لمادتها اللزجة. تغلى بتركيز ويطلى بها الوجه في حالات حب الشباب والدهنيات التي تظهر على هيئة حبوب. مفيدة ضد الفطريات الجلدية وضد التهابات المسالك الهضمية (المعدة والأمعاء) وقصبة الرئة كشراب وطعام. ضد كل تسمم في الداخل والخارج. توصف للسعال والرشح والنزلات الشُّعَبية وانحباس البول

والحصاة والصفراء، وبصقة الدم والحصبة. وهي مفيدة في الإمساك. وتعطى جذورها مضغًا للأطفال درءًا للجراثيم وتقوية اللثة. ومسحوق جذورها أهم من معجون الأسنان. وتستعمل الخبيزة من الخارج لتهدئة الحكة أو أكل الجلد، وشفاء القروح والالتهابات الموضعية. ولإزالة الحدة في الآلام الروماتيزمية والمفصلية، وليس كالخبيزة لتنظيف الوجه من البثور وغيرها كالبقع الحمراء أو السوداء التي تظهر على الجلد، وذلك بعمل قناع من مستحلبها أو عصيرها، فضلاً عن غناها بالمواد المعدنية، فهي غذاء وشفاء.

٢٨- الثوم:

غني بالبروتين وفيتامين (ث) والكبريت واليود والسيليسيوم. ومواد نافعة لمرضى السكري، وللذين يشكون صعوبات التنفس وفقد مرونة الشرايين والأمعاء. وهو مقوٍّ لعضلات القلب، شديد النفع للمصابين بالروماتيزم. وبواسطة المادة الكبريتية فيه ينفع جدًّا الجهاز التنفسي والربو. ويفضل تناوله على الريق. وفيه هرمونات تشبه الهرمونات الجنسية، ومواد مضادة للعفونة. وهو قاتل للطفيليات ويخفف حدة السموم، ينقي الدم، ويدر البول. مانع للعدوى، مطهر مدهش، يشفي مغص المعدة واضطرابات الكبد، والإسهال، والزُّحار (الدسنتريا) والدوار وطنين الأذن وعرق النسا. منظم لأجهزة الجسم مقوٍّ لها، ويذهب التعب. مفيد للغدد الصماء، ومنها الدرقية. مخفف للبدانة (السمنة)، منظِّم للدهن في الدم (الكوليسترول). ويعتبر الثوم العدو الأول للسرطان، والصديق الأول لأجهزة الدورة الدموية.

٢٩- البصل:

غني بفيتامين (ب ، ث)س والفوسفور واليود والكالسيوم والبوتاسيوم، والحديد والكبريت. إذا أكل نيئًا يدر البول، مفيد للاستسقاء والروماتيزم والمفاصل، والعلل التي تنشأ عن إصابات الكبد، وإذا فركت الكليتان أو أسفل البطن به زاد انهمار البول. وتناوله مفيد جدًّا لمن يشكو مغص الكلى والحصى، أو الزلال. وهو ضد السموم والسكر في الدم. قاتل للطفيليات، مطهر مدهش. كبريته يقضي على ما يصيب المسالك التنفسية من أمراض مثل الكريب والنزلات الشُّعَبية والربو، والتهاب الحنجرة. مقوٍّ جنسيًّا، منظم لأجهزة الجسم. وإذا طبخ ظل محتفظًا بفيتاميناته. مقوٍّ للجهاز الهضمي، منظف للأمعاء، مهدئ للأعصاب، مفيد لتصلب الشرايين وضغط الدم. ضد السرطان، بل من أقوى المواد المانعة له. وعندما يؤكل مشويًّا يفيد الروماتيزم ويبدد الاكتئاب النفسي. ينظم خفقان القلب، ويسكن أزمات السعال والرشح، والأنجين والربو. ووضع قطعة منه في فتحتي الأنف تذهب الرشح والكريب.

وللقضاء على أزمة عصبية ضع بصلة في منتصف الكف بعد فرمها جيدًا واستنشق بقوة.

ورائحته المثيرة للدموع تزيل آلام الشقيقة (الصداع النصفي)، كما يفيد أكل المشوي منه تخمر المعدة والإمساك. وللمصابين بإنهاك في الأعصاب أو شدة الفكر، يمكن شرب كوب من مغلي البصل، بعد أن تغلى بصلة كبيرة غليًا جيدًا. وماء عصير البصل يوقف نزف الأعضاء المبتورة، ونزف الأنف أيضًا بوضع قطرات في الأنف النازفة. وعصير البصل مجدّد للإهاب (الجلد) ومُنَقٍّ للون البشرة. مزيل لبقع الوجه مما فيه من الحمرة والبياض، وللتشقق، وتفلج الأصابع، ويمكن تحسين عملية الهضم إذا كان مضطربًا بأكل بصلة متوسطة الحجم.

ويستعمل معقود البصل علاجًا للسعال الديكي وذلك بطبخ شرائح منه في سكّر نبات ثم يعطى المصاب ملعقة كبيرة كل ساعتين. ويُقْطَرُ بمائه لتنقية العين من الدمع النازل. وهو نافع للحروق البسيطة ولكثير من الأمراض الجلدية.

والمثل الشعبي يقول: (كل من البصل ما حصل)، لعظيم نفعه في كل شيء.

٣٠- الجرجير والتهاب الرئة:

الجرجير غذاء جيد. غني بالكالسيوم واليود. يساعد على الهضم، يدرّ الصفراء. عصيره شفاء لالتهاب الرئة وسوء الهضم. يشرب ملعقة كبيرة ٢: ٣ مرات في اليوم.

منظف للصدر من البلغم. يؤكل بمفرده أو مضافًا إلى السلطة. وعصيره في الربيع علاج لتنقية الدم.

٣١- الكُرّات والبواسير:

الكرات خضار غني بفيتامين «ب١»، يؤكل على المائدة أو مضافًا إلى السلطة. وإذا طبخ وأكل أو شُرِبَ ماؤه نفع جيدًا من البواسير. ومغلي الكرات بالسمن البلدي إذا شرب نفع آلام الرحم (الرحم المنقلب) وإذا بُخِّر به المقعدة خفّت البواسير، فضلاً عن أنَّ به موادًا مضادة للسرطان.

٣٢- الفراولة (الفريز) وتنقية الدم من السموم:

الفراولة (الفريز): فاكهة ذات قيمة غذائية عالية. تؤكل ثمرة أو عصيرًا. وتفيد جدًّا في عملية تنقية الدم من السموم بأكل ثمرها أو شرب عصيرها. أمَّا مغلي أوراقها فيستعمل في تسكين السعال الديكي، بشرب ثلاثة فناجين في اليوم، كما تستخدم أوراقها في عمل مستحلب سواء الخضراء أو الجافة، تفيد في تسكين الربو.

٣٣- الحبق:

الحبق، نبت طيب، مُطيِّب لأرجاء المنزل، وللأكل وللفم بمضغ أوراقه. منعش للمعدة،

منشط للهضم، مسكّن للتشنجات المعدية، وللشقيقة. مقوٍّ للأعضاء والأعصاب التي أصابها الضعف، طارد للأرق باستحلاب ٢٠ جرامًا من الحبق الأخضر مع زهره للتر ماء ثم يشرب فنجان ثلاث مرات في اليوم.

ويوصف للأطفال الأرقين وذوي المزاج العصبي، وللدوار، والمغص، والصداع النصفي الناتج عن آلام المعدة أو الأعصاب، فضلاً عن أنه مدرّ للبن الأم المرضع.

العسل فوائده الغذائية والطبية

يكاد العسل يكون صيدلية قائمة بذاتها نظرًا لفوائده التي لا تحصى غذاء ودواء. ولذا أفردنا له فصلاً خاصًا نتناول فيه أهمّ استطباباته. ومن أراد التوسع في هذا الموضوع فليرجع إلى كتابنا الجامع عن العسل: «**صيدلية النحل القرآنية**»، فهو يشفي غليل القارئ عن هذه المادة التي جعلها الله شفاء لكل داء، مصداقًا لقوله تعالى في محكم تنزيله: ﴿يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُّخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَآءٌ لِّلنَّاسِ﴾ [النحل: ٦٩].

العسل والتهاب الجيوب الأنفية

تظهر آثار التهاب الجيوب الأنفية في البول. يقول دكتور «**جارفيس**»: إنَّ تفاعل البول الكيميائي يكون عادة قلويًّا أثناء إصابة هذه الجيوب بالالتهاب. وبمضغ قطعة من شمع العسل يتحول هذا التفاعل إلى الحامض، مما يبرهن حدوث تبدل كيميائي في الجسم نتيجة لمضغ قطعة الشمع. فعلى المصابين بالرشح أن يجتنبوا استخدام الأغذية التي تكسب البول تفاعلاً قلويًّا طيلة أيام الإصابة إلى ما بعد الشفاء.

وقطعة الشمع اللازمة لهذا الغرض تقدر بحجم قطعة (اللّبان) ولمدة ربع ساعة.

ويمكن للمصابين بنزلات البرد والزكام أن يعتمدوا على العسل في العلاج. وقد أثبت دكتور «**جلوبوف**» أن العسل بعد مزجه بالحليب الدافئ يعتبر من أنجح العلاجات لهذه الحالة، وذلك بإذابة ملعقة كبيرة من العسل في كأس من الحليب الدافئ، أو بمزج ١٠٠ جرام من العسل مع عصير ليمونة.

ويمكن كذلك تناول الشاي المحلّى بالعسل، وهو بالإضافة إلى فائدته، علاج ناجح لهذه الحالة.

العسل وعلاج قرحة المثانة

أكدت الأبحاث الحديثة فاعلية العسل في هذا المجال وخاصة في علاج الأمراض المختلفة ومنها قرحة المثانة. ومن الأبحاث التي أجريت على استخدام العسل ما تمّ بمستشفى الحسين الجامعي: قام فريق من الأطباء تحت إشراف د. فاهم عبد الرحيم أستاذ ورئيس قسم المسالك

البولية بطب الأزهر، بعلاج ٤٠ مريضًا بقرحة المثانة من آثار البلهارسيا السطحية المزمنة، بإعطاء المرضى ملعقة كبيرة من عسل النحل بالفم يوميًا بتركيز ٨٠٪ ولمدة شهرين دون إعطاء أي أدوية لعلاج البلهارسيا. وقد لوحظ انخفاض حدة الشكوى بعد بداية العلاج بأسبوعين تقريبًا.

وفي حالة الحرقان أثناء التبول انخفضت بنسبة ٤٤٪ مقابل ١٠٠٪ من الحالات، واختفى الحرقان في البول بنسبة ٣٢٪ مقابل ٨٨٪ من الحالات، فضلاً عن اختفاء ألم مجرى البول الخارجي. أما بالنسبة للبول الدموي فقد انخفضت أعداد كريّات الدم الحمراء بنسبة ٦٨٪ مقابل ٣٩٪ قبل العلاج، حيث وجد أنَّ نسبة الحالات التي وجد بها أقل من ١٠ كريات.

العسل وعلاج الجهاز العصبي

أوصى الرئيس ابن سينا قديمًا باستخدام العسل في علاج الأرق والاضطرابات العصبية. كما أكد (دكتور. س. جارفيس) في كتاب «**الطب الشعبي**» على أهمية العسل في علاج الأرق، فقال: ربما لا تنام في الليل إلا بصعوبة، وقد تصحو من نومك مرارًا أثناء الليل. إذا كان الأمر كذلك فجرّب العسل، فإنه مسكّن لطيف للجسم، ومن أفضل الوسائل التي تعين على النوم نظرًا لأن النحلة سبق أن هضمته في جسمها، فلم يبق من حاجة لهضمه في أجسامنا، إذ يصل بعد عشرين دقيقة من تناوله إلى الدم مباشرة. ولا يعرف الطب الشعبي طريقة لمكافحة الأرق أفضل من الخليط التالي:

ثلاث ملاعق صغيرة من خل التفاح لفنجان من العسل. ضع هذا المزيج في وعاء وخذ منه مساء عند النوم ملعقتين صغيرتين، فإنك ستحظى بنوم هادئ. وهذا أفضل بكثير من الأدوية المنوِّمة لأنه يتفق وحاجات الجسم الطبيعية.

وتناول العسل الصافي بمفرده وسيلة فعّالة لجلب النوم، ولكن الطب الشعبي يعتقد أنَّ مزجه بخل التفاح يقوي فاعليته وتأثيره.

وقد أثبت أن العسل هو أفضل منوِّم على الإطلاق. فليأخذ العسل كل مَنْ لا يستطيع النوم عند بداية الليل أو يعتريه الأرق ويستيقظ من نومه ولا يستطيع العودة بعد ذلك إليه.

وكل من يأخذ ملعقة من العسل مع وجبة العشاء يرى بعد قليل أنه أصبح تواقًا لاستقبال النوم، وأنَّ عليه أن يقاوم النعاس إذا اضطر لسبب من الأسباب تأخير موعد النوم. كما سيتضح له في الصباح أنَّ النوم كان قد راوده بمجرد تمدّده في الفراش.

وإذا تعذّر الحصول على خل التفاح فيمكن استخدام الماء الفاتر مع عصير الليمون بدلاً منه حيث يعصر نصف ليمونة في كوب ماء فاتر ويذاب فيه ملعقة من العسل.

العسل والأطفال

يستعمل العسل كغذاء للأطفال منذ الشهر الرابع وذلك بأخذ ملعقة صغيرة، فيساعد على نمو الطفل وحفظه من مرض الكُساح ولين العظام، كما يساعد في خروج الأسنان عند الطفل دون أية اضطرابات في صحته. ويعمل العسل على وقاية الأسنان من التسوّس، فضلاً عن إمداده لجسم الطفل بالعناصر المعدنية المفيدة والفعالة. ويعتبر العسل غذاء جيدًا للأطفال يعمل على رعاية أجسادهم ونموها وزيادة وزن الضعفاء منهم فضلاً عن إمدادهم بالطاقة اللازمة.

أمّا بالنسبة للأسنان عامة في الكبير والصغير فإنّ العسل يلعب دورًا فعالاً في نموها وحمايتها. وبالمقارنة، إذا تناول الإنسان السكر الصناعي فإنه يتحلل في الفم بفعل البكتريا ويؤدي ذلك إلى وجود أحماض أهمها حمض اللبنيك (لاكتيك) وهذا يؤدي إلى نقص الكالسيوم بالتدريج من الأسنان، في حين أنّ العسل على النقيض من السكر الصناعي. وقال دكتور «ن. يويريش» عن العسل: إنه من المضادات الحيوية القوية، وهو قلوي التكوين وبالتالي يعقّم الفم. ويمكن القول بأنّ العسل يؤثر تأثيرًا طيبًا على الأسنان. ومنذ زمن بعيد كان الطب الشعبي ينصح باستخدام غرغرة مكونة من محلول العسل بنسبة ١٠ : ١٥٪ عسل مذاب في الماء في حالات أمراض الفم والحنجرة المختلفة.

وقد أجرى فريق من الباحثين تجارب عدة عن تأثير العسل في العظام، كان أهمها تجربة على الكلاب الصغيرة لمدة سبعة أشهر. إذ قام فريق البحث بإضافة قصب السكر إلى غذاء مجموعة من الكلاب الصغيرة موضع البحث، وبإضافة الجلوكوز إلى مجموعة أخرى، وبإضافة عسل النحل إلى غذاء مجموعة ثالثة. وعند تشريح المجموعات الثلاث وجد أنّ المجموعة التي أضيف العسل إلى غذائها هي أحسن الحالات من غيرها خاصة في نمو العظام والأسنان.

العسل ومرضى السكر

ثبت من التجارب العديدة أنّ مرضى السكري تنخفض نسبة السكر في دمائهم فتصبح كما في الأشخاص الأصحّاء العاديين وذلك إذا تناولوا العسل كغذاء. وثبت من التجربة وجود مادة مؤكسدة في العسل تجعل تمثيل سكره أكثر سهولة في الجسم فلا يظهر بنسبة مرتفعة في الدم.

ومما يساعد على تمثيله كذلك احتواؤه على نسبة مرتفعة من البوتاسيوم. وقد ثبتت فائدة العسل إذا كان مرض البول السكري لا يرجع إلى انعدام الأنسولين تمامًا، وإنما يرجع إلى صعوبة تنبيه الخلايا التي تفرزه في الدم. وفي هذه الحالة تعمل الملعقة الصغيرة من العسل على زيادة سريعة وكبيرة في سكر الدم، مما يؤدي إلى تنبيه خلايا البنكرياس لإفراز الأنسولين إلا أنه يجب على مريض السكري إجراء تحليل للدم قبل تناول العسل، وبعده يحدد الطبيب الكمية المسموح بها.

العسل وعلاج أمراض العين

من الثابت بالبحث والتجربة أنَّ العسل يفيد في علاج التهابات الجفون والملتحمة والقرنية، وذلك بعمل مرهم منه يضاف إليه ٣% سلفات، ويستعمل في علاج قرحة القرنية البطيئة الالتئام. وكانت النتائج فعالة ومذهلة.

وقد استعمل العسل في علاج حالات كثيرة من التهابات القرنية وتقرحاتها بدهان الموضع بالعسل فقط دون إضافة أي شيء إليه. وحقق نتائج طيبة وممتازة.

وعن استخدام العسل في علاج الحريق والالتهابات الجلدية قال دكتور «ن. يويريش» في كتابة العلاج بعسل النحل: إنَّ رجلاً عمره نحو ٣٣ سنة كان يحمل وعائين مليئين بالماء الساخن وفجأة تعثر وسقط أرضًا نتيجة لاصطدام قدميه بشيء صُلْب، فاحترق بدرجة سيئة بلغت أنَّ جلد الجانب الأيمن من وجهه تقشر، وتورّمت أجفان العين اليمنى وأصبحت ملتحمة حمراء مؤلمة جدًّا. وعلى الجانب الأيمن من العنق ظهرت البثور في عدة أماكن. وفي أماكن أخرى تقشر الجلد، وكذا الكتف الأيمن كان محمرًّا جدًّا بكامله، وذراعه الأيمن كذلك. وكان يشعر بآلام شديدة في الوجه والعينين، ويشكو من الصداع والطنين في أذنيه، وكان ضعيفًا كما كان نبضه مرتفعًا.

فقام بدهان الحروق وتغطيتها بالعسل مرتين في اليوم، وسرعان ما خفّ الورم من أجفان العين، وبدأت طبقة جلدية جديدة تظهر وتكسو مكان الحروق مبشّرة بسرعة التئامها، واستعاد المريض القدرة على فتح وإغلاق عينيه، وقد لاحظ أنَّ كرة العين احمرّت الملتحمة في ركن منها، وباستمرار العلاج بالعسل كدهان مدة ستة أيام شفيت كرة العين تمامًا، وسقطت القشور والطبقة الحمراء الرفيعة من الجفون، وزال الورم عنها تمامًا.

ويمكن استخدام العسل في علاج الحروق كدهان في سائر البدن وكذا الجروح حيث ثبت بالتجربة أنه يساعد على التئامها وإعادة بناء الأنسجة فيها بسرعة فائقة لا يناظره فيها أي دواء طبي آخر. ويمكن استعمال العسل كمرهم يمسّ في العين في حالات التهابها وحالات الماء النازل منها (الدموع) والاحمرار وورم الأجفان، وذلك باستخدام العسل كدهان خارجيًّا ومرهم داخليًّا في العين. وقد حُقِّقت في مثل هذه الحالات نتائج باهرة وممتازة.

العسل في التجميل

يستعمل العسل كقناع مكون من ملعقة كبيرة من العسل يضاف إليها ملعقة كبيرة من لبن الزبادي (اللبن الخامر/ الخاثر) ويطلى به الوجه كعلاج لالتهابات بشرة الوجه والبقع السوداء من آثار حب الشباب وكذلك علاج البثور وفقاعات الوجه في البشرة الدهنية.

ويمكن استعمال قناع مكوّن من ملعقة عسل نحل وملعقة لبن حليب وملعقة ليمون حامض كعلاج للوجه ذي البشرة الدهنية، يسبقه مسح الوجه بماء الورد، وذلك بغمس قطنة طبية فيه ومسح الوجه بها ثم يدهن بعد ذلك بالقناع السالف الذكر.

في هذه الحالة يعالج حب الشباب والتهابات البشرة والبقع السوداء.

كما يستعمل هذا القناع في الوجه والبشرة غير الدهنية إلا أنه لا يسبقه مسح بماء الورد. وثبت أنَّ العسل بهذه الطريقة من أفضل وأجود ما استعمل في التجميل.

العسل وقاية للأطفال

العسل مكوّن من مادة طبيعية لم يطرأ عليها أي تغيير صناعي، إذ يحتوي على أسهل أنواع السكر قابلية للهضم وملاءمة للجسم: سكر العنب (الجلوكوز) وسكر الفواكه (الفركتوز). ومن الغريب أنه لا يستعمل على نطاق واسع خاصة في تغذية الأطفال الرضّع. ومن الثابت بالبحث أن أفضل نسبة لاستعمال العسل في تغذية الأطفال هي ملعقتان صغيرتان من العسل لكل (٢٠٠ : ٢٥٠ سم) من الحليب.

وتزاد هذه الكمية بمقدار نصف ملعقة صغيرة في حالات الإمساك، وتنقص نصف ملعقة في حالات الإسهال. فضلاً عن أنَّ الرضّع الذين يغذون بالعسل لا يصابون بالمغص المعدي إلا نادرًا لأن السرعة التي يُمْتَص بها العسل لا تترك مجالاً لحدوث التخمر في الأمعاء.

وإليك بعضَ الحالات المرضية التي يتعرض لها الأطفال، ومدى نجاح العسل في علاجها:

يروي دكتور «**ن. يويريش**» أن مجموعة من الأطفال عددها ٢٠ طفلاً تتراوح أعمارهم ما بين ٣ : ٦ سنوات كانوا يتناولون العسل في غذائهم بصورة منتظمة لمدة ستة أسابيع في روضة للأطفال تحت إشراف دكتورة «**زوركوفا**» وفي هذه الفترة أصيب بعض الأطفال بالحصبة والتهاب الغدد النكفية. وقد لوحظ أن الأطفال الذين أصيبوا اتخذ معهم المرض دورةً هَنةً لينة دون مضاعفات بسبب تناولهم العسل.

وبعد مضيّ ستة أسابيع من تناول الأطفال العسل تحسّنت صحتهم إلى حد كبير وأصبحوا مرحين مملوئين بالحيوية وتحسّن سلوكهم ونومهم، وزاد وزنهم جميعًا، وكانت نسبة الزيادة في الأسبوعين الأولين من العلاج بالعسل هي ١ و ٢ كيلو جرام. ولم تكن هناك أية حالة زُحار (دوسنتاريا) أو غيرها من أمراض القناة الهضمية.

الإسهال المعدي:

لقد حققت النتائج التي أجراها دكتور «**جولب**» نجاحًا باهرًا جعلته أشد اقتناعًا بفاعلية العسل

في علاج الإسهال السام المعدي حيث كان سير المرض أقل ضراوة والتماثل للشفاء أسرع.

وكانت ملاحظاته التي قام بها في عيادة طب الأطفال في المعهد الطبي في (نيرو بتروفسك) أنَّ إضافة العسل إلى غذاء الأطفال لا يسرّع فقط في إنجاز شفائهم بل يزيد كذلك في وزنهم. وثبت أنه يهيئ حالة نفسيّة للطفل حسنة تتسم بالمرح والاتزان والهدوء.

العسل والزُّحار (الدوسنتاريا)

ثبت بالتجربة أنَّ العسل ينظم عملية التبرُّز ويؤثر تأثيرًا طيبًا على مجرى المرض. ولم يظهر في براز المرضى الذين يتناولون العسل أي دم. والعسل من أفضل المواد الفعالة التي تساعد على سرعة الشفاء من الزُّحار (الدوسنتاريا). وقد أكد هذا «د. ل. ترتياك» ومعاونوه في علاج مرضى الزُّحار بالعسل، ويمكن استخدام العسل كعلاج بهذه الطريقة:

١ - تناول ملعقتين صغيرتين من العسل قبل وجبات الطعام اليومية ثلاث مرات أثناء المرض.

٢ - ويمكن إذابة ملعقتين صغيرتين من العسل في كوب (شاي) ماء فاتر وإضافة ٧ قطرات ليمون حامض (أو نصف ليمونة صغيرة) قبل الوجبات الغذائية الثلاث، حيث إن إضافة الليمون تساعد على القضاء على فيروس المرض وإزالته والعمل على سرعة الشفاء.

وتعتبر الطريقة الثانية هي أفضل من الأولى وأسهل في سرعة تمثُّل الغذاء والشفاء.

والجرعة إذا أخذت بهذه الكيفية تعتبر مقويًا للجسد عامة، ولصمام القلب خاصة. واستخدام العسل يخفف من سير الزُّحار ويساعد على الشفاء.

العسل يحسّن نسبة الهيموجلوبين في الدم

يعتبر السكر الأبيض لا يزيد عن كونه نشويات عالية القيمة الحرارية، بينما يحتوي العسل على مواد كيماوية وبيولوجية لها أهميتها. ومن بين هذه المواد حمض الفوليك الذي يعمل على تحسين الدم بزيادة كريات الدم الحمراء، وبالتالي يرفع نسبة الهيموجلوبين. وبذلك يستفيد الطفل من العسل أكثر من السكر الأبيض.

ويذكر (دكتور. ن. يويريش) أنه في بعض معاهد الأطفال أدخل العسل في نظام التغذية، فكانت

النتيجة زيادة الهيموجلوبين بنسبة ١٣٪ في دم أحد الأخوين الذي أُعطى العسل بينما شقيقه الذي لم يُعط عسلاً زادت نسبة الهيموجلوبين في دمه ٤٪ خلال مدة أربعين يومًا هي مدة التجربة التي تمت في المصحّة.

كما ثبت أن امتزاج العسل بالأحماض العضوية والزيوت الطيارة وغيرها من المواد الهامة في العسل يقوّي الشهيّة وينشّط الهضم، لاحتوائه على الجلوكوز (سكر العنب) والفركتوز (سكر الفواكه).

استعمال العسل في الطبخ

من المعلوم أنَّ العسل أفيد ما يكون إذا أُكل بمفرده، أو مخلوطًا بأطعمة أخرى، إذ إنه يضيف إلى طعم الخبز، واللبن والفواكه، والعصيدة، لذةً فريدةً من حيث النوع، ويزيد في قيمتها الغذائية وفي سهولة هضمها. ويمكن استعماله كبديل عن السكر الأبيض في السكريات، والكمبوت، ومربيات الفواكه، وشراب الفيتامينات وغيرها. ومن المعلوم أيضًا أن خبز الزنجبيل (طعام روسي) له مكانة عالية، وكذا الكعك والأرغفة المصنوعة بالعسل لها طعم جيد وقيمة غذائية أعلى فيما لو قورنت بالأخرى المصنوعة بالسكر العادي، وبالمقارنة مع الأطعمة المحفوظة من المربيات والفواكه والتوت والخوخ إذا جهزت بالعسل فإنها تعطي مذاقًا طيبًا وقيمة غذائية أعلى وهضمًا أسهل وأسرع تمثيلاً للغذاء.

نماذج لاستعمالات العسل في الطبخ

السفرجل: لا يؤكل نيئًا بسبب طعمه الحريف، لكنه شائع الاستعمال في المربيات وما شاكلها إذا طبخ بالعسل فإنه يكتسبَ طعمًا لذيذًا ونكهة طيبة. وإليك طريقة حفظ السفرجل بالعسل:

- تقطع السفرجلة إلى نصفين ويُزال اللبّ من الثمرة ثم تقطع إلى نصفين آخرين، أي إلى أربعة أرباع، وتوضع في إناء ويضاف إليها الماء البارد حتى يغطيها ثم تطبخ حتى تصير ليّنة.

- ارفع القطع من الإناء، وصف العصير (خلاصة مغليّ الثمرة).

- احضر إناء للمربى، وأضف جزءًا من العسل إلى جزء من الفاكهة.

- أضف إليهما من كوب إلى كوب ونصف من العصير ثم يغلى الجميع على النار للحصول على شراب (شربات)، وحين يغلي الشراب أضف إليه قطع السفرجل، ثم تترك ليتغلغل فيها الشراب وتصبح شفافة.

مربى (مربة) التوت والتفاح و اللوز (عين الجمل) بالعسل:

- **المقادير**: كيلو جرام من التوت يغسل وينظف ويوضع في إناء ويضاف إليه نصف كوب ماء.

- غطِّ الإناء بغطائه واتركه يغلي على النار حتى ينضج التوت تمامًا ويصبح سهل المرور من الغربال.

- أحضر إناءَ صاج مطليّ بالمينا من الداخل وضع فيه ٣ كيلو جرامات عسل . وبعد غلي العسل أضف إليه التوت ثم أضف إليهما مقدار كليو جرام تفاح مقطع شرائح رفيعة . ثم أضف إلى الجميع كوبًا من اللوز المقشور (عين الجمل)، ثم ضع المكونات جميعها على النار تغلي لمدة ساعة .

الزلابية بالعسل :

تحمر الزلابية جيدًا ثم تغمس في العسل فإنها تشكل طبقًا لذيذًا في الطعم سهلاً في الهضم .

حفظ الفريز (الفراولة) في العسل :

- **المقادير** : كيلو جرام فريز (فراولة) ينظف من أوراقه جيدًا ويوضع فوق منخل، ويصب عليه ماء مغلي، ويترك ليصفى . ثم خذ الفراولة ومعها ثلاث حبات قرنفل وقليل من القرفة .

- ضع الجميع في إناء الطبخ، وأضف إليها كيلو عسل على هيئة غطاء (أي غطِّها بكيلو عسل)، وضع الجميع على نار حتى تنضج . ثم اتركها حتى تبرد . بعد ذلك ضعها في وعاء زجاجي، وتغطي بورق لا يشرب الزيت ويربط بخيط ويخزن في مكان جاف بارد . وهذه المربى يمكن إضافتها إلى اللحوم والطيور المحمرة .

كومبوت العسل والتفاح :

- **المقادير** : كيلو جرام تفاح مغسول ومنزوع البذور، يقطع على هيئة شرائح رقيقة، ويوضع في إناء ثم يغطى بكوبين ونصف ماء . ثم يغلى على النار ببطء لمدة نصف ساعة . ثم يوضع التفاح على المنخل ليصفى العصير . ويضاف إلى هذا العصير ٦٠٠ جرام عسل . ثم يغلى الجميع على نار هادئة . وتنزع الرغوة .

- خذ عينة على ملعقة بعد أن يبرد هذا المزيج . إذا وجدت أنه أصبح شرابًا (شربات)، صبّه فورًا في إناء زجاجي، يغطى هو الآخر بورق مانع للزيت ويحفظ في مكان بارد .

البيض المضروب بالعسل :

- المقادير :

١- ملعقتان كبيرتان من العسل . (حوالي ٦٠ جرامًا)، وحصوة ملح، وتغبيرة من جوز الطيب المدقوق، يضاف إلى بيضة مضروبة، ثم يقلب الجميع جيدًا، أضف بعد ذلك - كوب من اللبن المغلي ويروَّق المخلوط .

٢- صفار بيضتين تخلط بثلاث ملاعق كبيرة من العسل (حوالي ٩٠ جرامًا) وحصوة ملح، وقليل من مسحوق الفانيليا، ثم يضاف كوب ونصف من اللبن المغلي ويقلب المخلوط ويروّق كذلك .

٣- صفار بيضتين اضربهما وأضف إليهما ثلاث ملاعق كبيرة حوالي ٩٠ جرامًا عسلاً وكوبًا ونصف لبن مغلي. ويقلب الجميع جيدًا، ويروق ويمزج بعد ذلك ببياض البيض المضروب.

٤- اضرب صفار بيضتين حتى تتكون منهما كتلة صفراء متجانسة، أضف إليهما خمس ملاعق كبيرة عسلاً، ونصف كوب من شراب الورد، وحصوة ملح. وبعد التقليب جيدًا، أضف كوب حليب مغلي بارد، ونصف كوب ماء بارد. ثم أضف المزيج جميعه إلى بياض البيض المضروب.

٥- بيضة وثلاث ملاعق كبيرة عسل، وملعقة كبيرة من عصير البرتقال أو الليمون. يضاف الجميع إلى كوب من اللبن المغلي البارد. يضرب الجميع حتى التجانس.

وإذا أضفت ملعقة كبيرة من العسل إلى الحنطة السوداء، أو دقيق الشعير، أو دقيق القمح، أو السميد أو عجين آخر، فإنه يحسّن طعمه ويزيد من قوته الغذائية (السعر الحراري).

والعسل يوافق جميع أنواع الخبز سواءً كان سميدًا أو دقيق قمح أو أرزًا أو شعيرًا أو شوفانًا، كما يوافق الزلابية والقطايف.

الخردل (المسطردة/ الماستارد) مع العسل:

يحضر الخردل (المسطردة) بالعسل فيحصل على طعم لذيذ، وتحتفظ «**المسطردة**» بلونها ورطوبتها لمدة شهور؛ وهي بسيطة في الصنع: فيكفي أن تضيف إليها العسل. ويفضل عسل الحنطة السوداء إلى المسطردة العادية حتى يرضى ذوقك، ثم قليلاً من زيت عبّاد الشمس والخل والفلفل الأسود مسحوقًا.

العسل وشراب الورد البري:

الورد البري ينتمي إلى فصيلة الورد إلا أنه أقل منه في الجمال والرائحة، ومع ذلك فهو يستثير حاسة الجمال فينا. ولقد كانت مزايا الورد البري الطبية عديدة معروفة منذ القدم، وعناقيدها غنية بالفيتامينات، وخاصة فيتامين «**أ**» وبالكاروتين (بدء فيتامين أ) وفيتامين «**ب ١**» «**الريبوفلافين**» وفيتامين ب «**سترين**» وفيتامين «**ك**»، بينما تحتوي الجذور على فيتامين «**ي**». وبذلك يعتبر الورد البري مركّزًا طبيعيًا للفيتامينات فضلاً عن غناه بالسكر وحمض اللتريك والأملاح المعدنية والمواد الدابغة.

- **المقادير**: ملعقة شاي من العناقيد الجافة المسحوقة قليلاً، توضع في إناء مطلي بالميناء، وتغطى بكوب ماء مغلي لمدة عشر دقائق. ويصب العصير والعناقيد في إناء زجاجي ويغطى بقطعة قماش ويترك في مكان دافئ من ١٠ : ١٢ ساعة، ثم يصفى في منخل مزدوج. وتضغط العناقيد وتضيف ملء ملعقة شاي عسل إلى الشراب القوي الرائحة العطرة والحامض قليلاً، ثم

يقلب الجميع جيدًا على أن يشرب هذا الشراب في غضون ١٢ : ١٤ ساعة من تحضيره قبل أن يتحلل فيتامين (س) .

- والكمية التي تكفي الكبير لا تزيد عن كوبين، أما الصغير فيكفيه كوب واحد .

ليمونادة العسل :

يمكنك عملها في المنزل بالطريقة الآتية :

- ملعقة شاي من عصير الليمون، اخلطها جيدًا بملعقتي طعام من العسل، ثم خفف المخلوط بالماء المغلي، تحصل بذلك على كوب ليمونادة بالعسل .

شراب البرتقال بالعسل والقشدة :

- **المقادير :** صفار بيضة تضرب مع ٦ ملاعق مائدة عسل وكوب من عصير البرتقال . تضاف القشدة ويخلط الجميع جيدًا . تحصل على شراب البرتقال بالعسل والقشدة : طعم لذيذ وفائدة عظيمة .

الكريمة بالعسل :

يُفصَل صفار ٤ بيضات عن البياض . يضرب الصفار جيدًا ويضاف إليه تدريجيًا كوب عسل . ثم يوضع المزيج على نار هادئة وتقلب باستمرار حتى تتجمد . ثم أضف هذا المزيج إلى بياض البيض الذي سبق فصله أولاً، بعد ضرب البياض جيدًا هو الآخر؛ ثم ضع المزيج في أطباق مسطّحة، أي الصفار بعد طبخه بالعسل إلى البياض المضروب .

ويمكن عمل الكريمة بنسبة ثلاثة أرباع كوب عسل إلى أربعة من صفار البيض، دون الرجوع إلى بياض البيض .

شراب التوت بالعسل :

المقادير : كوب ونصف من اللبن الحليب . ملعقتان كبيرتان من العسل . نصف كوب من التوت المسحوق . اخلط الجميع مع بعضه . ثم أضف حصوة ملح . ويضرب الجميع حتى يمتزج ويتم التجانس . تحصل بذلك على شراب التوت بالعسل .

شراب البرتقال بالعسل :

المقادير : كوب ونصف من اللبن، نصف كوب عصير برتقال، يخلط اللبن بالعصير . ثم أضف ثلاث ملاعق مائدة عسل . اضرب المزيج جيدًا، فهو شراب البرتقال بالعسل .

شراب الكريز (القراصيا) بالعسل :

المقادير : نصف كوب عصير كريز (قراصيا)، ملعقة مائدة عصير ليمون، ملعقتا عسل

كبيرتان، وحصوة ملح. اخلط الجميع في كوب ونصف لبن تحصل على شراب الكريز بالعسل. وجميع مشروبات العسل يلذ شربها وهي باردة.

فوائد مزج اللبن بالعسل:

يعتبر مزج اللبن بالعسل من أهم أنواع النظام الغذائي المعقول الجيد. وهو مفيد وناجع ضد الكثير من الأمراض خاصة الأمراض البطنية والصدرية، فضلاً عن أهميته القصوى في تغذية الأطفال حيث يهب الجسم الطاقة ويمنحه العناصر اللازمة.

شوربة الشعير باللبن والعسل:

- **المقادير**: ثلاث ملاعق مائدة من الشعير الأبيض، أضف إليها الماء. تطبخ لمدة ٤٠ : ٥٠ دقيقة. ثم أضف ثلاثة أكواب من اللبن، وحصوة ملح، وملعقة مائدة عسل، ومثلها من الزبدة، يمزج الجميع ويستمر الطبخ لمدة ١٥ دقيقة أخرى.

شوربة الأرز باللبن والعسل:

المقادير: ربع كوب من الأرز يغسل جيدًا؛ يوضع في ٣ أكواب من اللبن المغلي، وحصوة ملح، وملعقة كبيرة من العسل، يطبخ الجميع لمدة ٣٠ دقيقة، وحين يتم الطبخ أضف إلى الشوربة نصف ملعقة شاي من الزبدة.

شوربة الشعرية بالعسل:

- **المقادير**: ٥٠ جرامًا شعرية، مع حصوة ملح، وملعقة مائدة عسل. يوضع الجميع في ٣ أكواب لبن مغلي، ويطبخ مدة ٢٠ دقيقة حتى تطرى الشعرية. تضاف ملعقة مائدة زبدة حين يتم تجهيز الشوربة.

نقيع التفاح بماء العسل:

ضع التفاح بعد غسله وتنظيفه جيدًا في برميل، وأضف إليه ماء العسل. وإليك بيان كيفية تحضير ماء العسل:

- ٦٠ جرامًا من العسل، وثلاث ملاعق مائدة ملح. يذاب العسل مع الملح. ثم أضف لترًا من الماء. يغلى الجميع، ثم يبرّد وينقع التفاح في هذا المزيج لمدة ٤ : ٦ أسابيع فيكون جاهزًا. وهذه هي طريقة حفظ التفاح في ماء العسل.

استعمالات العسل مع النباتات الطبية

العسل مع نبات الصبر: يستعمل عصير أوراق نبات الصبر للأغراض الطبية. وعصير الصبر لونه بني وله رائحة منفِّرة وطعم مرّ.

والوصفة التالية من الطب الشعبي شائعة الاستعمال في علاج السل الرئوي :

١- عسل : ١٠٠ جم .

٢- زبدة : ١٠٠ جم .

٣- عصير الصبر طازجًا ١٥ جم .

٤- مسحوق الكاكاو ١٠٠ جم .

يأخذ المريض ملعقة كبيرة من كوب لبن ساخن مرتين في اليوم صباحًا ومساء .

برقوق السياج

برقوق شائك أبيض الأزهار . وتشتهر أزهار البرقوق في الطب الشعبي بأنها ملينة . ويعتبر (أويرتل وبور) أن مخلوط زهر هذا النبات بالعسل عقار له قيمته في حالات الرشح وآلام الجهاز التنفسي لأنها تطرد البلغم . وإليك طريقة عمل هذه الوصفة :

- ملقعة كبيرة من زهر البرقوق، تغلى لمدة دقيقة واحدة في ٢٥٠ جرام ماء . ثم تصفّى خلاصة المغلي ويضاف للعسل ويغلى ثانية . ويكفي من هذا الشراب كوب واحد لليوم كله . ويجب أن يشرب ببطء وعلى مهل .

نبات غافث (أجرموني)

نبات غافث (أجرموني) له خواص علاجية متعددة في الطب الشعبي خاصة في الروماتيزم، والبواسير، وأمراض المعدة وغيرها . وينصح الأستاذ (د. أويرتل وبور) بأخذ شاي الغافث بالعسل : فنجان صغير ثلاث مرات يوميًا عن طريق الفم . ويمكن استعماله كغسُول (لوسيون) .

وشراب الغافث مع العسل يوصف للحمى الروماتيزمية المزمنة، والنزف الرئوي، وسوء الهضم، والتهاب الحنجرة . وهو مفيد جيّد وفعال في أمراض الكبد والطحال، كما أنه مليّن في حالات الإمساك وارتخاء عضلات الأمعاء، كما يذيب حصى الكلى وبذلك يسهّل خروجها مع البول .

كما ثبت فاعليته في علاج الأورام الشبه سرطانية .

نبات الزيزفون (التليو)

تستعمل أزهار نبات الزيزفون «التليو» كعلاج مشهور في الطب الشعبي «غرغرة» .

وقد أقرت لجنة الصيدلة في المجلس العلمي للاتحاد السوفيتي (سابقًا) بوزارة الصحة، إنتاج الشاي المعرّق رقم (١) محتويًا على أزهار الزيزفون (التليو)، والعليق الجاف بأجزاء متساوية :

– الغرغرة رقم ١ : وتتكون من جزء زيزفون إلى جزءين قشر البلوط .

– الغرغرة رقم ٢ : وتتكون من جزءين من زهور الزيزفون إلى ثلاثة أجزاء من زهر البابونج (شيح البابونج) .

وينصح بعض العلماء بنقيع أزهار الزيزفون مع العسل لعدة أمراض .

ويقول «**د. أويرتل ويور**» إن فنجانًا من نقيع الزيزفون مع العسل إذا أخذ مرة في اليوم فإنه نافع لكبار السن ؛ لأنه يطهر الرئتين من البلغم ، وهو دواء جيد لأمراض الرئتين والكلى .

ويقول (د. سفكيول) إنَّ نقيع زهر الزيزفون (التليو) مع العسل والخمر نافع ومفيد في حالات فقر الدم . ويمنح النساء الصفراوات اللون واللاتي يعانين من فقر في الدم ، نُضرةً في الوجه ، ومعادلة في الدم .

ويقول (هـ.-هيرتويج) : إن الأشخاص الذين يعانون من السعال المصحوب بالتقلصات وكذلك مرضى الحصبة ومرضى الأنفلونزا ، إذا تناولوا فنجانًا من نقيع الزيزفون مع العسل مرتين في اليوم فإنه علاج شافٍ ومفيد لهم .

الليمون مع العسل

يستعمل عصير الليمون مع العسل كدواء ناجع لارتفاع ضغط الدم ، ولأمراض أخرى مثل الاضطرابات العصبية والنفسية .

لذا ينصح (أ. راف) الأشخاص العصبيين بأن يشربوا عصير نصف ليمونة مع ملعقة عسل نحل كبيرة تذاب في كوب ماء فاتر كل يوم . وإن هذا الشراب له تأثير عجيب إذ يسبب النوم الهادئ . وينصح (د. هيوتويج) بعصير الليمون مع العسل نظرًا لتأثيره القوي والفعال على نزلات البرد .

ويصف «**أويرتل ويور**» عصير الليمون مع العسل وزيت الزيتون لأمراض الكبد والحويصلة المرارية .

* * *

بسم الله الرحمن الرحيم

مختصر كتاب الطب من فتح الباري

قوله: (بسم الله الرحمن الرحيم، كتاب الطب) كذا لهم، إلا النسفي فترجم «**كتاب الطب**» أول كفارة المرض ولم يفرد كتاب الطب، وزاد في نسخة الصغاني «**والأدوية**». والطب بكسر المهملة وحكى ابن السيد تثليثها. والطبيب هو الحاذق بالطب، ويقال له أيضا طب بالفتح والكسر ومستطب وامرأة طب بالفتح، يقال استطب تعاطى الطب واستطب استوصفه، ونقل أهل اللغة أن الطب بالكسر يقال بالاشتراك للمداوي وللتداوي وللداء أيضا فهو من الأضداد، ويقال أيضا للرفق والسحر، ويقال للشهوة ولطرائق ترى في شعاع الشمس وللحذق بالشيء، والطبيب الحاذق في كل شيء، وخص به المعالج عرفا، والجمع في القلة أطبة وفي الكثرة أطباء. والطب نوعان: طب جسد وهو المراد هنا، وطب قلب ومعالجته خاصة بما جاء به الرسول عليه الصلاة والسلام عن ربه سبحانه وتعالى. وأما طب الجسد فمنه ما جاء في المنقول عنه ﷺ ومنه ما جاء عن غيره، وغالبه راجع إلى التجربة. ثم هو نوعان: نوع لا يحتاج إلى فكر ونظر بل فطر الله على معرفته الحيوانات، مثل ما يدفع الجوع والعطش. ونوع يحتاج إلى الفكر والنظر كدفع ما يحدث في البدن مما يخرجه عن الاعتدال، وهو إما إلى حرارة أو برودة، وكل منهما إما إلى رطوبة، أو يبوسة، أو إلى ما يتركب منهما. وغالب ما يقاوم الواحد منهما بضده، والدفع قد يقع من خارج البدن وقد يقع من داخله وهو أعسرهما. والطريق إلى معرفته بتحقق السبب والعلامة، فالطبيب الحاذق هو الذي يسعى في تفريق ما يضر بالبدن جمعه أو عكسه، وفي تنقيص ما يضر بالبدن زيادته أو عكسه، ومدار ذلك على ثلاثة أشياء: حفظ الصحة، والاحتماء عن المؤذي، واستفراغ المادة الفاسدة. وقد أشير إلى الثلاثة في القرآن:

فالأول: من قوله تعالى: ﴿فَمَن كَانَ مِنكُم مَّرِيضًا أَوْ عَلَىٰ سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِّنْ أَيَّامٍ أُخَرَ﴾ [البقرة: ١٨٤] وذلك أن السفر مظنة النصب وهو من مغيرات الصحة، فإذا وقع فيه الصيام ازداد فأبيح الفطر إبقاء على الجسد. وكذا القول في المرض.

الثاني: وهو الحمية من قوله تعالى: ﴿وَلَا تَقْتُلُوٓا۟ أَنفُسَكُمْ﴾ [النساء: ٢٩] فإنه استنبط منه جواز التيمم عند خوف استعمال الماء البارد.

والثالث: من قوله تعالى: ﴿أَوْ بِهِۦٓ أَذًى مِّن رَّأْسِهِۦ فَفِدْيَةٌ﴾ [البقرة: ١٩٦] فإنه أشير بذلك إلى جواز حلق الرأس الذي منع منه المحرم لاستفراغ الأذى الحاصل من البخار المحتقن في الرأس. وأخرج مالك في «**الموطأ**» عن زيد بن أسلم مرسلا أن النبي ﷺ قال لرجلين: «**أيكما أطب**»؟ قالا: يا رسول الله وفي الطب خير؟ قال: «**أنزل الداء الذي أنزل الدواء**».

١- بَاب مَا أَنْزَلَ اللَّهُ دَاءً إِلَّا أَنْزَلَ لَهُ شِفَاءً

حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ الْمُثَنَّى حَدَّثَنَا أَبُو أَحْمَدَ الزُّبَيْرِيُّ حَدَّثَنَا عُمَرُ بْنُ سَعِيدِ بْنِ أَبِي حُسَيْنٍ قَالَ حَدَّثَنِي عَطَاءُ بْنُ أَبِي رَبَاحٍ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ عَنْ النَّبِيِّ ﷺ قَالَ: «**مَا أَنْزَلَ اللَّهُ دَاءً إِلَّا أَنْزَلَ لَهُ شِفَاءً**».

ولمسلم عن جابر رفعه «**لكل داء دواء، فإذا أصيب دواء الداء برأ بإذن الله تعالى**» ولأبي داود من حديث أبي الدرداء رفعه «**إن الله جعل لكل داء دواء فتداووا، ولا تداووا بحرام**» وفي مجموع هذه الألفاظ ما يعرف منه المراد بالإنزال وهو إنزال علم ذلك على لسان الملك للنبي ﷺ. وفيها التقييد بالحلال فلا يجوز التداوي بالحرام. وفي حديث جابر منها الإشارة إلى أن الشفاء متوقف على الإصابة بإذن الله، وذلك أن الدواء قد يحصل معه مجاوزة الحد في الكيفية أو الكمية فلا ينجع، بل ربما أحدث داء آخر. وفي حديث ابن مسعود الإشارة إلى أن بعض الأدوية لا يعلمها كل أحد، وفيها كلها إثبات الأسباب، وأن ذلك لا ينافي التوكل على الله لمن اعتقد أنها بإذن الله وبتقديره، وأنها لا تنجع بذواتها بل بما قدره الله تعالى فيها، وأن الدواء قد ينقلب داء إذا قدر الله ذلك، وإليه الإشارة بقوله في حديث جابر «**بإذن الله**» فمدار ذلك كله على تقدير الله وإرادته. والتداوي لا ينافي التوكل كما لا ينافيه دفع الجوع والعطش بالأكل والشرب، وكذلك تجنب المهلكات والدعاء بطلب العافية ودفع المضار وغير ذلك،. ويدخل في عمومها أيضا الداء القاتل الذي اعترف حذاق الأطباء بأن لا دواء له، وأقروا بالعجز عن مداواته، ولعل الإشارة في حديث ابن مسعود بقوله «**وجهله من جهله**» إلى ذلك فتكون باقية على عمومها، ويحتمل أن يكون في الخبر حذف تقديره: لم ينزل داء يقبل الدواء إلا أنزل له شفاء، والأول أولى. ومما يدخل في قوله «**جهله من جهله**» ما يقع لبعض المرضى أنه يتداوى من داء بدواء فيبرأ ثم يعتريه ذلك الداء بعينه فيتداوى بذلك الدواء بعينه فلا ينجع، والسبب في ذلك الجهل بصفة من صفات الدواء فرب مرضين تشابها ويكون أحدهما مركبا لا ينجع فيه ما ينجع في الذي ليس مركبا فيقع الخطأ من هنا، وقد يكون متحدا لكن يريد الله أن لا ينجع فلا ينجع ومن هنا تخضع رقاب الأطباء، وقد أخرج ابن ماجه من طريق أبي خزامة «عن أبيه قال: قلت يا رسول الله أرأيت رقى نسترقيها ودواء نتداوى به هل يرد من قدر الله شيئا؟

قال: هي من قدر الله تعالى» والحاصل أن حصول الشفاء بالدواء إنما هو كدفع الجوع بالأكل والعطش بالشرب، وهو ينجع في ذلك في الغالب، وقد يتخلف لمانع والله أعلم. ثم الداء والدواء كلاهما بفتح الدال وبالمد، وحكي كسر دال الدواء. واستثناء الموت في حديث أسامة بن شريك واضح، ولعل التقدير إلا داء الموت، أي المرض الذي قدر على صاحبه الموت. واستثناء الهرم في الرواية الأخرى إما لأنه جعله شبيها بالموت والجامع بينهما نقص الصحة، أو لقربه من الموت وإفضائه إليه. ويحتمل أن يكون الاستثناء منقطعا والتقدير: لكن الهرم لا دواء له، والله أعلم.

٢- بَاب هَلْ يُدَاوِي الرَّجُل الْمَرْأَة وَالْمَرْأَة الرَّجُل؟

حَدَّثَنَا قُتَيْبَةُ بْنُ سَعِيدٍ حَدَّثَنَا بِشْرُ بْنُ الْمُفَضَّلِ عَنْ خَالِدِ بْنِ ذَكْوَانَ عَنْ رُبَيِّعَ بِنْتِ مُعَوِّذِ بْنِ عَفْرَاءَ قَالَتْ كُنَّا نَغْزُو مَعَ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ نَسْقِي الْقَوْمَ وَنَخْدُمُهُمْ وَنَرُدُّ الْقَتْلَى وَالْجَرْحَى إِلَى الْمَدِينَةِ.

قوله: (باب هل يداوي الرجل المرأة والمرأة الرجل) ذكر فيه حديث الربيع بالتشديد «**كنا نغزو ونسقي القوم ونخدمهم ونرد القتلى والجرحى إلى المدينة**» وليس في هذا السياق تعرض للمداواة، إلا إن كان يدخل في عموم قولها «**نخدمهم**» نعم ورد الحديث المذكور بلفظ «**ونداوي الجرحى ونرد القتلى**» وقد تقدم كذلك في «**باب مداواة النساء الجرحى في الغزو**» من كتاب الجهاد، فجرى البخاري على عادته في الإشارة إلى ما ورد في بعض ألفاظ الحديث، ويؤخذ حكم مداواة الرجل المرأة منه بالقياس. وإنما لم يجزم بالحكم لاحتمال أن يكون ذلك قبل الحجاب، أو كانت المرأة تصنع ذلك بمن يكون زوجا لها أو محرما. وأما حكم المسألة فتجوز مداواة الأجانب عند الضرورة وتقدر بقدرها فيما يتعلق بالنظر والجس باليد وغير ذلك، وقد تقدم البحث في شيء من ذلك في كتاب الجهاد.

٣- بَاب الشِّفَاء فِي ثَلَاث

حَدَّثَنِي الْحُسَيْنُ حَدَّثَنَا أَحْمَدُ بْنُ مَنِيعٍ حَدَّثَنَا مَرْوَانُ بْنُ شُجَاعٍ حَدَّثَنَا سَالِمٌ الْأَفْطَسُ عَنْ سَعِيدِ بْنِ جُبَيْرٍ عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا قَالَ: الشِّفَاءُ فِي ثَلَاثَةٍ شَرْبَةِ عَسَلٍ وَشَرْطَةِ مِحْجَمٍ وَكَيَّةِ نَارٍ وَأَنْهَى أُمَّتِي عَنْ الْكَيِّ.

جملة ما يتداوى به الناس، وذلك أن الحجم يستفرغ الدم وهو أعظم الأخلاط، والحجم أنجحها شفاء عند هيجان الدم، وأما العسل فهو مسهل للأخلاط البلغمية، ويدخل في المعجونات ليحفظ على تلك الأدوية قواها ويخرجها من البدن، وأما الكي فإنما يستعمل في الخلط الباغي الذي لا تنحسم مادته إلا به، ولهذا وصفه النبي ﷺ ثم نهى عنه، وإنما كرهه لما

فيه من الألم الشديد والخطر العظيم، ولهذا كانت العرب تقول في أمثالها «**آخر الدواء الكي**»، وقد كوى النبي ﷺ سعد بن معاذ وغيره، واكتوى غير واحد من الصحابة. قلت: ولم يرد النبي ﷺ الحصر في الثلاثة، فإن الشفاء قد يكون في غيرها، وإنما نبه بها على أصول العلاج، وذلك أن الأمراض الامتلائية تكون دموية وصفراوية وبلغمية وسوداوية، وشفاء الدموية بإخراج الدم، وإنما خص الحجم بالذكر لكثرة استعمال العرب والفهم له، بخلاف الفصد فإنه وإن كان في معنى الحجم لكنه لم يكن معهودا لها غالبا. على أن في التعبير بقوله «**شرطة محجم**» ما قد يتناول الفصد، وأيضا فالحجم في البلاد الحارة أنجح من الفصد، والفصد في البلاد التي ليست بحارة أنجح من الحجم.

وأما الامتلاء الصفراوي وما ذكر معه فدواؤه بالمسهل، وقد نبه عليه بذكر العسل، وأما الكي فإنه يقع آخرا لإخراج ما يتعسر إخراجه من الفضلات؛ وإنما نهى عنه مع إثباته الشفاء فيه إما لكونهم كانوا يرون أنه يحسم المادة بطبعه فكرهه لذلك، ولذلك كانوا يبادرون إليه قبل حصول الداء لظنهم أنه يحسم الداء فتعجل الذي يكتوي التعذيب بالنار لأمر مظنون، وقد لا يتفق أن يقع له ذلك المرض الذي يقطعه الكي. ويؤخذ من الجمع بين كراهته ﷺ للكي وبين استعماله له أنه لا يترك مطلقا ولا يستعمل مطلقا، بل يستعمل عند تعينه طريقا إلى الشفاء مع مصاحبة اعتقاد أن الشفاء بإذن الله تعالى، وعلى هذا التفسير يحمل حديث المغيرة رفعه «**من اكتوى أو استرقى فقد برئ من التوكل**» أخرجه الترمذي والنسائي وصححه ابن حبان والحاكم.

وقال الشيخ أبو محمد بن أبي جمرة: علم من مجموع كلامه في الكي أن فيه نفعا وأن فيه مضرة، فلما نهى عنه علم أن جانب المضرة فيه أغلب، وقريب منه إخبار الله تعالى أن في الخمر منافع ثم حرمها لأن المضار التي فيها أعظم من المنافع. انتهى ملخصا. وقد قيل إن المراد بالشفاء في هذا الحديث الشفاء من أحد قسمي المرض، لأن الأمراض كلها إما مادية أو غيرها؛ والمادية كما تقدم حارة وباردة، وكل منهما وإن انقسم إلى رطبة ويابسة ومركبة فالأصل الحرارة والبرودة وما عداهما ينفعل من إحداهما، فنبه بالخبر على أصل المعالجة بضرب من المثال، فالحارة تعالج بإخراج الدم لما فيه من استفراغ المادة وتبريد المزاج، والباردة بتناول العسل لما فيه من التسخين والإنضاج والتقطيع والتلطيف والجلاء والتليين، فيحصل بذلك استفراغ المادة برفق، وأما الكي فخاص بالمرض المزمن لأنه يكون عن مادة باردة فقد تفسد مزاج العضو فإذا كوي خرجت منه، وأما الأمراض التي ليست بمادية فقد أشير إلى علاجها بحديث «**الحمى من فيح جهنم فأبردوها بالماء**». وأما قوله «**وما أحب أن أكتوي**» فهو من جنس تركه أكل الضب مع تقريره أكله على مائدته واعتذاره بأنه يعافه.

* * *

٤- بَاب الدَّوَاءِ بِالْعَسَلِ، وَقَوْلِ اللَّهِ تَعَالَى: ﴿فِيهِ شِفَآءٌ لِّلنَّاسِ﴾

حَدَّثَنَا عَلِيُّ بْنُ عَبْدِ اللَّهِ حَدَّثَنَا أَبُو أُسَامَةَ قَالَ: أَخْبَرَنِي هِشَامٌ عَنْ أَبِيهِ عَنْ عَائِشَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا قَالَتْ: كَانَ النَّبِيُّ ﷺ يُعْجِبُهُ الْحَلْوَاءُ وَالْعَسَلُ.

حَدَّثَنَا أَبُو نُعَيْمٍ حَدَّثَنَا عَبْدُ الرَّحْمَنِ بْنُ الْغَسِيلِ عَنْ عَاصِمِ بْنِ عُمَرَ بْنِ قَتَادَةَ قَالَ سَمِعْتُ جَابِرَ بْنَ عَبْدِ اللَّهِ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا قَالَ سَمِعْتُ النَّبِيَّ ﷺ يَقُولُ: «**إِنْ كَانَ فِي شَيْءٍ مِنْ أَدْوِيَتِكُمْ أَوْ يَكُونُ فِي شَيْءٍ مِنْ أَدْوِيَتِكُمْ خَيْرٌ فَفِي شَرْطَةِ مِحْجَمٍ أَوْ شَرْبَةِ عَسَلٍ أَوْ لَذْعَةٍ بِنَارٍ تُوَافِقُ الدَّاءَ وَمَا أُحِبُّ أَنْ أَكْتَوِيَ**».

حَدَّثَنَا عَيَّاشُ بْنُ الْوَلِيدِ حَدَّثَنَا عَبْدُ الْأَعْلَى حَدَّثَنَا سَعِيدٌ عَنْ قَتَادَةَ عَنْ أَبِي الْمُتَوَكِّلِ عَنْ أَبِي سَعِيدٍ أَنَّ رَجُلًا أَتَى النَّبِيَّ ﷺ فَقَالَ: أَخِي يَشْتَكِي بَطْنَهُ فَقَالَ: «**اسْقِهِ عَسَلًا**» ثُمَّ أَتَى الثَّانِيَةَ فَقَالَ: «**اسْقِهِ عَسَلًا**» ثُمَّ أَتَاهُ الثَّالِثَةَ فَقَالَ: «**اسْقِهِ عَسَلًا**» ثُمَّ أَتَاهُ فَقَالَ: قَدْ فَعَلْتُ، فَقَالَ: «**صَدَقَ اللَّهُ وَكَذَبَ بَطْنُ أَخِيكَ اسْقِهِ عَسَلًا**» فَسَقَاهُ فَبَرَأَ.

قوله: (باب الدواء بالعسل، وقول الله تعالى: ﴿فِيهِ شِفَآءٌ لِّلنَّاسِ﴾) كأنه أشار بذكر الآية إلى أن الضمير فيها للعسل وهو قول الجمهور، وزعم بعض أهل التفسير أنه للقرآن. وذكر ابن بطال أن بعضهم قال: إن قوله تعالى: ﴿فِيهِ شِفَآءٌ لِّلنَّاسِ﴾ أي لبعضهم، وحمله على ذلك أن تناول العسل قد يضر ببعض الناس كمن يكون حار المزاج، لكن لا يحتاج إلى ذلك لأنه ليس في حمله على العموم ما يمنع أنه قد يضر الأبدان بطريق العرض. والعسل يذكر ويؤنث، وأسماؤه تزيد على المائة، وفيه من المنافع ما لخصه الموفق البغدادي وغيره فقالوا: يجلو الأوساخ التي في العروق والأمعاء، ويدفع الفضلات، ويغسل خمل المعدة، ويسخنها تسخينا معتدلا، ويفتح أفواه العروق ويشد المعدة والكبد والكلى والمثانة والمنافذ، وفيه تحليل للرطوبات أكلا وطلاء وتغذية، وفيه حفظ المعجونات وإذهاب لكيفية الأدوية المستكرهة، وتنقية الكبد والصدر، وإدرار البول والطمث، ونفع للسعال الكائن من البلغم، ونفع لأصحاب البلغم والأمزجة الباردة. وإذا أضيف إليه الخل نفع أصحاب الصفراء. ثم هو غذاء من الأغذية، ودواء من الأدوية، وشراب من الأشربة، وحلوى من الحلاوات، وطلاء من الأطلية، ومفرح من المفرحات. ومن منافعه أنه إذا شرب حارا بدهن الورد نفع من نهش الحيوان، وإذا شرب وحده بماء نفع من عضة الكلب، وإذا جعل فيه اللحم الطري حفظ طراوته ثلاثة أشهر، وكذلك الخيار والقرع والباذنجان والليمون ونحو ذلك من الفواكه، وإذا لطخ به البدن للقمل قتل القمل والصئبان، وطول الشعر وحسنه ونعمه، وإن اكتحل به جلا ظلمة البصر، وإن استن به صقل الأسنان وحفظ صحتها. وهو عجيب في حفظ جثث الموتى فلا يسرع إليها البلى، وهو مع ذلك مأمون الغائلة قليل المضرة، ولم يكن يعول قدماء الأطباء في الأدوية المركبة إلا عليه، ولا ذكر

للسكر في أكثر كتبهم أصلا. وقد أخرج أبو نعيم في **«الطب النبوي»** بسند ضعيف من حديث أبي هريرة رفعه وابن ماجه بسند ضعيف من حديث جابر رفعه **«من لعق العسل ثلاث غدوات في كل شهر لم يصبه عظيم بلاء»** والله أعلم.

ثم ذكر المصنف في الباب ثلاثة أحاديث:

الأول: حديث عائشة: **«كان النبي ﷺ يعجبه الحلواء والعسل»**، قال الكرماني: الإعجاب أعم من أن يكون على سبيل الدواء أو الغذاء فتؤخذ المناسبة بهذه الطريقة.

قوله: (ففي شرطة محجم) بكسر الميم وسكون المهملة وفتح الجيم.

قوله: (أو لذعة بنار) اللذع هو الخفيف من حرق النار. فهو ضرب أو عض ذات السم.

قوله: (توافق الداء) فيه إشارة إلى أن الكي إنما يشرع منه ما يتعين طريقا إلى إزالة ذلك الداء، وأنه لا ينبغي التجربة لذلك ولا استعماله إلا بعد التحقق، ويحتمل أن يكون المراد بالموافقة موافقة القدر.

٥- بَاب الدَّوَاءِ بِأَلْبَانِ الْإِبِلِ

حَدَّثَنَا مُسْلِمُ بْنُ إِبْرَاهِيمَ حَدَّثَنَا سَلَّامُ بْنُ مِسْكِينٍ حَدَّثَنَا ثَابِتٌ عَنْ أَنَسٍ أَنَّ نَاسًا كَانَ بِهِمْ سَقَمٌ قَالُوا يَا رَسُولَ اللَّهِ آوِنَا وَأَطْعِمْنَا فَلَمَّا صَحُّوا قَالُوا إِنَّ الْمَدِينَةَ وَخِمَةٌ فَأَنْزَلَهُمْ الْحَرَّةَ فِي ذَوْدٍ لَهُ فَقَالَ: **«اشْرَبُوا أَلْبَانَهَا»** فَلَمَّا صَحُّوا قَتَلُوا رَاعِيَ النَّبِيِّ ﷺ وَاسْتَاقُوا ذَوْدَهُ فَبَعَثَ فِي آثَارِهِمْ فَقَطَعَ أَيْدِيَهُمْ وَأَرْجُلَهُمْ وَسَمَرَ أَعْيُنَهُمْ فَرَأَيْتُ الرَّجُلَ مِنْهُمْ يَكْدِمُ الْأَرْضَ بِلِسَانِهِ حَتَّى يَمُوتَ.

قَالَ سَلَّامٌ فَبَلَغَنِي أَنَّ الْحَجَّاجَ قَالَ لِأَنَسٍ: حَدِّثْنِي بِأَشَدِّ عُقُوبَةٍ عَاقَبَهُ النَّبِيُّ ﷺ فَحَدَّثَهُ بِهَذَا فَبَلَغَ الْحَسَنَ فَقَالَ: وَدِدْتُ أَنَّهُ لَمْ يُحَدِّثْهُ بِهَذَا.

قوله: (كان بهم سقم فقالوا: يا رسول الله آونا وأطعمنا، فلما صحوا) في السياق حذف تقديره فآواهم وأطعمهم، فلما صحوا قالوا إن المدينة وخمة، وكان السقم الذي بهم أولا من الجوع أو من التعب فلما زال ذلك عنهم خشوا من وخم المدينة إما لكونهم أهل ريف فلم يعتادوا بالحضر، وإما بسبب ما كان بالمدينة من الحمى.

قوله: (فقال اشربوا ألبانها) كذا هنا، وتقدم من رواية أبي قلابة وغيره عن أنس **«من ألبانها وأبوالها»**.

وفي حديث أخرجه ابن المنذر عن ابن عباس رفعه: **«عليكم بأبوال الإبل فإنها نافعة للذربة بطونهم»**، والذربة جمع ذرب، والذرب بفتحتين فساد المعدة.

* * *

٧- بَاب الْحَبَّةِ السَّوْدَاءِ

حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ أَبِي شَيْبَةَ حَدَّثَنَا عُبَيْدُ اللَّهِ حَدَّثَنَا إِسْرَائِيلُ عَنْ مَنْصُورٍ عَنْ خَالِدِ بْنِ سَعْدٍ قَالَ: خَرَجْنَا وَمَعَنَا غَالِبُ بْنُ أَبْجَرَ فَمَرِضَ فِي الطَّرِيقِ فَقَدِمْنَا الْمَدِينَةَ وَهُوَ مَرِيضٌ فَعَادَهُ ابْنُ أَبِي عَتِيقٍ فَقَالَ لَنَا: عَلَيْكُمْ بِهَذِهِ الْحُبَيْبَةِ السَّوْدَاءِ فَخُذُوا مِنْهَا خَمْسًا أَوْ سَبْعًا فَاسْحَقُوهَا ثُمَّ اقْطُرُوهَا فِي أَنْفِهِ بِقَطَرَاتِ زَيْتٍ فِي هَذَا الْجَانِبِ وَفِي هَذَا الْجَانِبِ فَإِنَّ عَائِشَةَ حَدَّثَتْنِي أَنَّهَا سَمِعَتْ النَّبِيَّ ﷺ يَقُولُ: «**إِنَّ هَذِهِ الْحَبَّةَ السَّوْدَاءَ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ إِلَّا مِنْ السَّامِ**»، قُلْتُ: وَمَا السَّامُ قَالَ: «**الْمَوْتُ**».

حَدَّثَنَا يَحْيَى بْنُ بُكَيْرٍ حَدَّثَنَا اللَّيْثُ عَنْ عُقَيْلٍ عَنْ ابْنِ شِهَابٍ قَالَ أَخْبَرَنِي أَبُو سَلَمَةَ وَسَعِيدُ بْنُ الْمُسَيَّبِ أَنَّ أَبَا هُرَيْرَةَ أَخْبَرَهُمَا أَنَّهُ سَمِعَ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ يَقُولُ فِي الْحَبَّةِ السَّوْدَاءِ: «**شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ إِلَّا السَّامَ**» قَالَ ابْنُ شِهَابٍ: وَالسَّامُ الْمَوْتُ وَالْحَبَّةُ السَّوْدَاءُ الشُّونِيزُ.

قوله: (عليكم بهذه الحبيبة السويداء) كذا هنا بالتصغير فيهما إلا الكشميهني فقال «**السوداء**» وهي رواية الأكثر ممن قدمت ذكره أنه أخرج الحديث.

قوله: (فإن عائشة حدثتني أن هذه الحبة السوداء شفاء) وللكشميهني «**أن في هذه الحبة شفاء**» كذا للأكثر، وفي رواية الأعين «**هذه الحبة السوداء التي تكون في الملح**» وكان هذا قد أشكل علي، ثم ظهر لي أنه يريد الكمون وكانت عادتهم جرت أن يخلط بالملح.

قوله: (إلا من السام) ولابن ماجه «**إلا أن يكون الموت**»، وفي هذا أن الموت داء من جملة الأدواء، قال الشاعر:

وداء الموت ليس له دواء

قوله: (قلت وما السام؟ قال: الموت) وهذا الذي أشار إليه ابن أبي عتيق ذكره الأطباء في علاج الزكام العارض منه عطاس كثير وقالوا: تقلى الحبة السوداء ثم تدق ناعما ثم تنقع في زيت ثم يقطر منه في الأنف ثلاث قطرات، فلعل غالب بن أبجر كان مزكوما فلذلك وصف له ابن أبي عتيق الصفة المذكورة، وفي لفظ «**قيل: وما الحبة السوداء؟ قال: الشونيز قال: وكيف أصنع بها؟ قال: تأخذ إحدى وعشرين حبة فتصرها في خرقة ثم تضعها في ماء ليلة، فإذا أصبحت قطرت في المنخر الأيمن واحدة وفي الأيسر اثنتين، فإذا كان من الغد قطرت في المنخر الأيمن اثنتين وفي الأيسر واحدة، فإذا كان اليوم الثالث قطرت في الأيمن واحدة وفي الأيسر اثنتين**» ويؤخذ من ذلك أن معنى كون الحبة شفاء من كل داء أنها لا تستعمل في كل داء صرفا بل ربما استعملت مفردة، وربما استعملت مركبة، وربما استعملت مسحوقة وغير مسحوقة، وربما استعملت أكلا وشربا وسعوطا وضمادا وغير ذلك. وقيل إن قوله «**كل داء**» تقديره يقبل العلاج بها، فإنها تنفع من الأمراض الباردة، وأما الحارة فلا. نعم قد تدخل في

بعض الأمراض الحارة اليابسة بالعرض فتوصل قوى الأدوية الرطبة الباردة إليها بسرعة تنفيذها، ويستعمل الحار في بعض الأمراض الحارة لخاصية فيه لا يستنكر كالعنزروت فإنه حار ويستعمل في أدوية الرمد المركبة، مع أن الرمد ورم حار باتفاق الأطباء، وقد قال أهل العلم بالطب: إن طبع الحبة السوداء حار يابس، وهي مذهبة للنفخ، نافعة من حمى الربع والبلغم، مفتحة للسدد والريح، مجففة لبلة المعدة، وإذا دقت وعجنت بالعسل وشربت بالماء الحار أذابت الحصاة وأدرت البول والطمث، وفيها جلاء وتقطيع، وإذا دقت وربطت بخرقة من كتان وأديم شمها نفع من الزكام البارد، وإذا نقع منها سبع حبات في لبن امرأة وسعط به صاحب اليرقان أفاده، وإذا شرب منها وزن مثقال بماء أفاد من ضيق النفس، والضماد بها ينفع من الصداع البارد، وإذا طبخت بخل وتمضمض بها نفعت من وجع الأسنان الكائن عن برد، وقال الخطابي: قوله «من كل داء» هو من العام الذي يراد به الخاص، لأنه ليس في طبع شيء من النبات ما يجمع جميع الأمور التي تقابل الطبائع في معالجة الأدواء بمقابلها، وإنما المراد أنها شفاء من كل داء يحدث من الرطوبة.

وقال أبو بكر بن العربي: العسل عند الأطباء أقرب إلى أن يكون دواء من كل داء من الحبة السوداء، ومع ذلك فإن من الأمراض ما لو شرب صاحبه العسل لتأذى به، فإن كان المراد بقوله في العسل ﴿فِيهِ شِفَآءٌ لِّلنَّاسِ﴾ الأكثر الأغلب فحمل الحبة السوداء على ذلك أولى. وقال غيره: كان النبي ﷺ يصف الدواء بحسب ما يشاهده من حال المريض، فلعل قوله في الحبة السوداء وافق مرض من مزاجه بارد، فيكون معني قوله «شفاء من كل داء» أي من هذا الجنس الذي وقع القول فيه، والتخصيص بالحيثية كثير شائع والله أعلم.

قوله: (والحبة السوداء الشونيز) تفسير الحبة السوداء بالشونيز لشهرة الشونيز عندهم إذ ذاك، وأما الآن فالأمر بالعكس، والحبة السوداء أشهر عند أهل هذا العصر من الشونيز بكثير، وتفسيرها بالشونيز هو الأكثر الأشهر وهي الكمون الأسود ويقال له أيضا الكمون الهندي. ونقل إبراهيم الحربي في «غريب الحديث» عن الحسن البصري أنها الخردل، وحكى أبو عبيد الهروي في «الغريبين» أنها ثمرة البطم، واسم شجرتها الضرو. وقال الجوهري: هو صمغ شجرة تدعى الكمكام تجلب من اليمن، ورائحتها طيبة، وتستعمل في البخور. قلت: وليست المراد هنا جزما. وقال القرطبي: تفسيرها بالشونيز أولى من وجهين: أحدهما أنه قول الأكثر، والثاني كثرة منافعها بخلاف الخردل والبطم.

* * *

٨- باب التلبينة للمريض

حَدَّثَنَا حِبَّانُ بْنُ مُوسَى أَخْبَرَنَا عَبْدُ اللَّهِ أَخْبَرَنَا يُونُسُ بْنُ يَزِيدَ عَنْ عُقَيْلٍ عَنِ ابْنِ شِهَابٍ عَنْ عُرْوَةَ عَنْ عَائِشَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا أَنَّهَا كَانَتْ تَأْمُرُ بِالتَّلْبِينِ لِلْمَرِيضِ وَلِلْمَحْزُونِ عَلَى الْهَالِكِ وَكَانَتْ تَقُولُ: إِنِّي سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ يَقُولُ: **«إِنَّ التَّلْبِينَةَ تُجِمُّ فُؤَادَ الْمَرِيضِ وَتَذْهَبُ بِبَعْضِ الْحُزْنِ»**.

حَدَّثَنَا فَرْوَةُ بْنُ أَبِي الْمَغْرَاءِ حَدَّثَنَا عَلِيُّ بْنُ مُسْهِرٍ حَدَّثَنَا هِشَامٌ عَنْ أَبِيهِ عَنْ عَائِشَةَ أَنَّهَا كَانَتْ تَأْمُرُ بِالتَّلْبِينَةِ وَتَقُولُ: هُوَ الْبَغِيضُ النَّافِعُ.

قوله: (باب التلبينة للمريض) هي حساء يعمل من دقيق أو نخالة ويجعل فيه عسل قال غيره: أو لبن. سميت تلبينة تشبيها لها باللبن في بياضها ورقتها. وقال ابن قتيبة: وعلى قول من قال يخلط فيها لبن سميت بذلك لمخالطة اللبن لها. وقال أبو نعيم في الطب: هي دقيق بحت. وقال قوم: فيه شحم. وقال الداودي: يؤخذ العجين غير خمير فيخرج ماؤه فيجعل حسوا فيكون لا يخالطه شيء، فلذلك كثر نفعه. وقال الموفق البغدادي: التلبينة الحساء ويكون في قوام اللبن، وهو الدقيق النضيج لا الغليظ النيء.

قوله: (للمريض وللمحزون) أي بصنعه لكل منهما، وتقدم في رواية الليث عن عقيل **«أن عائشة كانت إذا مات الميت من أهلها ثم اجتمع لذلك النساء ثم تفرقن أمرت ببرمة تلبينة فطبخت ثم قالت: كلوا منها»**.

قوله: (عليكم بالتلبينة) أي كلوها.

قوله: (فإنها تجم) ووقع في رواية الليث **«فإنها مجمة»** بفتح الميم والجيم وتشديد الميم الثانية هذا هو المشهور، وروي بضم أوله وكسر ثانيه وهما بمعنى، يقال جم وأجم، والمعنى أنها تريح فؤاده وتزيل عنه الهم وتنشطه، والجام بالتشديد المستريح، والمصدر الجمام والإجمام، ويقال جم الفرس وأجم إذا أريح فلم يركب فيكون أدعى لنشاطه. وحكى ابن بطال أنه روي تخم بخاء معجمة قال: والمخمة المكنسة.

ووقع عند أحمد وابن ماجه من طريق كلثم عن عائشة مرفوعا **«عليكم بالبغيض النافع التلبينة يعني الحساء»** وأخرجه النسائي من وجه آخر عن عائشة وزاد **«والذي نفس محمد بيده إنها لتغسل بطن أحدكم كما يغسل أحدكم الوسخ عن وجهه بالماء»** وله وهو عند أحمد والترمذي من طريق محمد بن السائب بن بركة عن أمه عن عائشة قالت: كان رسول الله ﷺ إذا أخذ أهله الوعك أمر بالحساء فصنع، ثم أمرهم فحسوا منه ثم قال: **«إنه يرتو فؤاد الحزين ويسرو عن فؤاد السقيم، كما تسرو إحداكن الوسخ عن وجهها بالماء»**. ومعنى يرتو يقوي ومعنى يسرو

يكشف، والبغيض بوزن عظيم من البغض أي يبغضه المريض مع كونه ينفعه كسائر الأدوية.

قال الموفق البغدادي: إذا شئت معرفة منافع التلبينة فاعرف منافع ماء الشعير ولا سيما إذا كان نخالة، فإنه يجلو وينفذ بسرعة ويغذي غذاء لطيفا، وإذا شرب حارا كان أجلى وأقوى نفوذا وأنمى للحرارة الغريزية. قال: والمراد بالفؤاد في الحديث رأس المعدة فإن فؤاد الحزين يضعف باستيلاء اليبس على أعضائه وعلى معدته خاصة لتقليل الغذاء، والحساء يرطبها ويغذيها ويقويها، ويفعل مثل ذلك بفؤاد المريض، لكن المريض كثيرا ما يجتمع في معدته خلط مراري أو بلغمي أو صديدي، وهذا الحساء يجلو ذلك عن المعدة. قال: وسماه البغيض النافع لأن المريض يعافه وهو نافع له، قال: ولا شيء أنفع من الحساء لمن يغلب عليه في غذائه الشعير، وأما من يغلب على غذائه الحنطة فالأولى به في مرضه حساء الشعير.

وقال صاحب «**الهدي**»: التلبينة أنفع من الحساء لأنها تطبخ مطحونة فتخرج خاصة الشعير بالطحن، وهي أكثر تغذية وأقوى فعلا وأكثر جلاء، وإنما اختار الأطباء النضيج لأنه أرق وألطف فلا يثقل على طبيعة المريض. وينبغي أن يختلف الانتفاع بذلك بحسب اختلاف العادة في البلاد، ولعل اللائق بالمريض ماء الشعير إذا طبخ صحيحا، وبالحزين إذا طبخ مطحونا، لما تقدمت الإشارة من الفرق بينهما في الخاصية والله أعلم.

٩- بَاب السَّعُوطِ

حَدَّثَنَا مُعَلَّى بْنُ أَسَدٍ حَدَّثَنَا وُهَيْبٌ عَنْ ابْنِ طَاوُسٍ عَنْ أَبِيهِ عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا عَنْ النَّبِيِّ ﷺ احْتَجَمَ وَأَعْطَى الْحَجَّامَ أَجْرَهُ وَاسْتَعَطَ.

قوله: (باب السعوط) ما يجعل في الأنف مما يتداوى به.

قوله: (واستعط) أي استعمل السعوط وهو أن يستلقي على ظهره ويجعل بين كتفيه ما يرفعهما لينحدر رأسه ويقطر في أنفه ماء أو دهن فيه دواء مفرد أو مركب، ليتمكن بذلك من الوصول إلى دماغه لاستخراج ما فيه من الداء بالعطاس، وسيأتي ذكر ما يستعط به في الباب الذي يليه. وأخرج الترمذي من وجه آخر عن ابن عباس رفعه «**أن خير ما تداويتم به السعوط**».

١٠- بَاب السَّعُوطِ بِالْقُسْطِ الْهِنْدِيِّ وَالْبَحْرِيِّ

وَهُوَ الْكُسْتُ مِثْلُ الْكَافُورِ وَالْقَافُورِ مِثْلُ كُشِطَتْ وَقُشِطَتْ نُزِعَتْ.

حَدَّثَنَا صَدَقَةُ بْنُ الْفَضْلِ أَخْبَرَنَا ابْنُ عُيَيْنَةَ قَالَ سَمِعْتُ الزُّهْرِيَّ عَنْ عُبَيْدِ اللَّهِ عَنْ أُمِّ قَيْسٍ بِنْتِ مِحْصَنٍ قَالَتْ سَمِعْتُ النَّبِيَّ ﷺ يَقُولُ: «**عَلَيْكُمْ بِهَذَا الْعُودِ الْهِنْدِيِّ فَإِنَّ فِيهِ سَبْعَةَ أَشْفِيَةٍ يُسْتَعَطُ بِهِ مِنْ الْعُذْرَةِ وَيُلَدُّ بِهِ مِنْ ذَاتِ الْجَنْبِ**».

وَدَخَلْتُ عَلَى النَّبِيِّ ﷺ بِابْنٍ لِي لَمْ يَأْكُلْ الطَّعَامَ فَبَالَ عَلَيْهِ فَدَعَا بِمَاءٍ فَرَشَّ عَلَيْهِ.

قوله: (باب السعوط بالقسط الهندي والبحري) قال أبو بكر بن العربي القسط نوعان: هندي وهو أسود، وبحري وهو أبيض، والهندي أشدهما حرارة.

قوله: (عليكم بهذا العود الهندي) كذا وقع هنا مختصرا، ويأتي بعد أبواب في أوله قصة «**أتيت النبي ﷺ** بابن لي وقد أعلقت عليه من العذرة فقال: عليكن بهذا العود الهندي». وأخرج أحمد وأصحاب السنن من حديث جابر مرفوعا «**أيما امرأة أصاب ولدها عذرة أو وجع في رأسه فلتأخذ قسطا هنديا فتحكه بماء ثم تسعطه إياه**» وفي حديث أنس الآتي بعد بابين «**إن أمثل ما تداويتم به الحجامة والقسط البحري**» وهو محمول على أنه وصف لكل ما يلائمه، فحيث وصف الهندي كان لاحتياج في المعالجة إلى دواء شديد الحرارة، وحيث وصف البحري كان دون ذلك في الحرارة، لأن الهندي كما تقدم أشد حرارة من البحري. وقال ابن سينا: القسط حار في الثالثة يابس في الثانية.

قوله: (فإن فيه سبعة أشفية) جمع شفاء كدواء وأدوية.

قوله: (يستعط به من العذرة، ويلد به من ذات الجنب) وقد ذكر الأطباء من منافع القسط أنه يدر الطمث والبول ويقتل ديدان الأمعاء ويدفع السم وحمى الربع والورد ويسخن المعدة ويحرك شهوة الجماع ويذهب الكلف طلاء، فذكروا أكثر من سبعة، وأجاب بعض الشراح بأن السبعة علمت بالوحي وما زاد عليها بالتجربة، فاقتصر على ما هو بالوحي لتحققه وقيل ذكر ما يحتاج إليه دون غيره لأنه لم يبعث بتفاصيل ذلك قلت: ويحتمل أن تكون السبعة أصول صفة التداوي بها ; لأنها إما طلاء أو شرب أو تكميد أو تنطيل أو تبخير أو سعوط أو لدود؛ فالطلاء يدخل في المراهم ويحلى بالزيت ويلطخ، وكذا التكميد، والشرب يسحق ويجعل في عسل أو ماء أو غيرهما، وكذا التنطيل.

والسعوط يسحق في زيت ويقطر في الأنف، وكذا الدهن، والتبخير واضح، وتحت كل واحدة من السبعة منافع لأدواء مختلفة ولا يستغرب ذلك ممن أوتي جوامع الكلم. وأما العذرة فهي بضم المهملة وسكون المعجمة وجع في الحلق يعتري الصبيان غالبا، وقيل هي قرحة تخرج بين الأذن والحلق أو في الخرم الذي بين الأنف والحلق، قيل سميت بذلك لأنها تخرج غالبا عند طلوع العذرة ; وهي خمسة كواكب تحت الشعرى العبور، ويقال لها أيضا العذارى، وطلوعها يقع وسط الحر.

وقد استشكل معالجتها بالقسط مع كونه حارا والعذرة إنما تعرض في زمن الحر بالصبيان وأمزجتهم حارة ولا سيما وقطر الحجاز حار، وأجيب بأن مادة العذرة دم يغلب عليه البلغم، وفي القسط تخفيف للرطوبة. وقد يكون نفعه في هذا الدواء بالخاصية، وأيضا فالأدوية الحارة

قد تنفع في الأمراض الحارة بالعرض كثيرا، بل وبالذات أيضا.

وقد ذكر ابن سينا في معالجة سعوط اللهاة القسط مع الشب اليماني وغيره. على أننا لو لم نجد شيئا من التوجيهات لكان أمر المعجزة خارجا عن القواعد الطبية.

١١- بَاب أَيَّ سَاعَةٍ يَحْتَجِمُ

وَاحْتَجَمَ أَبُو مُوسَى لَيْلاً.

حَدَّثَنَا أَبُو مَعْمَرٍ حَدَّثَنَا عَبْدُ الْوَارِثِ حَدَّثَنَا أَيُّوبُ عَنْ عِكْرِمَةَ عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ قَالَ احْتَجَمَ النَّبِيُّ ﷺ وَهُوَ صَائِمٌ.

قوله: (باب أية ساعة يحتجم) في رواية الكشميهني **«أي ساعة»** بلا هاء، والمراد بالساعة في الترجمة مطلق الزمان لا خصوص الساعة المتعارفة. قوله (واحتجم أبو موسى ليلا) تقدم موصولا في كتاب الصيام، وفيه أن امتناعه من الحجامة نهارا كان بسبب الصيام لئلا يدخله خلل، وإلى ذلك ذهب مالك فكره الحجامة للصائم لئلا يغرر بصومه، لا لكون الحجامة تفطر الصائم. وقد تقدم البحث في حديث **«أفطر الحاجم والمحجوم»** هناك وورد في الأوقات اللائقة بالحجامة أحاديث ليس فيها شيء على شرطه، فكأنه أشار إلى أنها تصنع عند الاحتياج ولا تتقيد بوقت دون وقت، لأنه ذكر الاحتجام ليلا.

ذكر حديث ابن عباس **«أن النبي ﷺ احتجم وهو صائم»** وهو يقتضي كون ذلك وقع منه نهارا، وعند الأطباء أن أنفع الحجامة ما يقع في الساعة الثانية أو الثالثة، وأن لا يقع عقب استفراغ عن جماع أو حمام أو غيرهما ولا عقب شبع ولا جوع. وقد ورد في تعيين الأيام للحجامة حديث لابن عمر عند ابن ماجه رفعه في أثناء حديث وفيه **«فاحتجموا على بركة الله يوم الخميس، واحتجموا يوم الاثنين والثلاثاء ; واجتنبوا الحجامة يوم الأربعاء والجمعة والسبت والأحد»** أخرجه من طريقين ضعيفين، وله طريق ثالثة ضعيفة أيضا عند الدارقطني في **«الأفراد»** وأخرجه بسند جيد عن ابن عمر موقوفا، ونقل الخلال عن أحمد أنه كره الحجامة في الأيام المذكورة وأن الحديث لم يثبت، وحكى أن رجلا احتجم يوم الأربعاء فأصابه برص لكونه تهاون بالحديث، وأخرج أبو داود من حديث أبي بكرة أنه كان يكره الحجامة يوم الثلاثاء وقال **«إن رسول الله ﷺ قال: يوم الثلاثاء يوم الدم، وفيه ساعة لا يرقأ فيها»**. وورد في عدد من الشهر أحاديث: منها ما أخرجه أبو داود من حديث أبي هريرة رفعه **«من احتجم لسبع عشرة وتسع عشرة وإحدى وعشرين كان شفاء من كل داء»** وهو من رواية سعيد بن عبد الرحمن الجمحي عن سهيل بن أبي صالح، وسعيد وثقه الأكثر ولينه بعضهم من قبل حفظه. وله شاهد

من حديث ابن عباس عند أحمد والترمذي ورجاله ثقات، لكنه معلول. وشاهد آخر من حديث أنس عند ابن ماجه، وسنده ضعيف. وهو عند الترمذي من وجه آخر عن أنس لكن من فعله ﷺ، ولكون هذه الأحاديث لم يصح منها شيء قال حنبل بن إسحاق: كان أحمد يحتجم أي وقت هاج به الدم وأي ساعة كانت. وقد اتفق الأطباء على أن الحجامة في النصف الثاني من الشهر ثم في الربع الثالث من أرباعه أنفع من الحجامة في أوله وآخره، قال الموفق البغدادي: وذلك أن الأخلاط في أول الشهر تهيج وفي آخره تسكن، فأولى ما يكون الاستفراغ في أثنائه. والله أعلم.

١٣- بَاب الْحِجَامَةِ مِنْ الدَّاءِ

حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ مُقَاتِلٍ أَخْبَرَنَا عَبْدُ اللَّهِ أَخْبَرَنَا حُمَيْدٌ الطَّوِيلُ عَنْ أَنَسٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أَنَّهُ سُئِلَ عَنْ أَجْرِ الْحَجَّامِ فَقَالَ احْتَجَمَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ حَجَمَهُ أَبُو طَيْبَةَ وَأَعْطَاهُ صَاعَيْنِ مِنْ طَعَامٍ وَكَلَّمَ مَوَالِيَهُ فَخَفَّفُوا عَنْهُ وَقَالَ: **«إِنَّ أَمْثَلَ مَا تَدَاوَيْتُمْ بِهِ الْحِجَامَةُ وَالْقُسْطُ الْبَحْرِيُّ»**، وَقَالَ: **«لَا تُعَذِّبُوا صِبْيَانَكُمْ بِالْغَمْزِ مِنَ الْعُذْرَةِ وَعَلَيْكُمْ بِالْقُسْطِ»**.

قوله: (باب الحجامة من الداء) أي بسبب الداء. قال الموفق البغدادي: الحجامة تنقي سطح البدن أكثر من الفصد، والفصد لأعماق البدن، والحجامة للصبيان وفي البلاد الحارة أولى من الفصد وآمن غائلة، وقد تغني عن كثير من الأدوية، ولهذا وردت الأحاديث بذكرها دون الفصد، ولأن العرب غالبا ما كانت تعرف إلا الحجامة. وقال صاحب الهدي: التحقيق في أمر الفصد والحجامة أنهما يختلفان باختلاف الزمان والمكان والمزاج، فالحجامة في الأزمان الحارة والأمكنة الحارة والأبدان الحارة التي دم أصحابها في غاية النضج أنفع، والفصد بالعكس، ولهذا كانت الحجامة أنفع للصبيان ولمن لا يقوى على الفصد.

قوله: (وقال: إن أمثل ما تداويتم به الحجامة) قال أهل المعرفة: الخطاب بذلك لأهل الحجاز ومن كان في معناهم من أهل البلاد الحارة، لأن دماءهم رقيقة وتميل إلى ظاهر الأبدان لجذب الحرارة الخارجة لها إلى سطح البدن، ويؤخذ من هذا أن الخطاب أيضا لغير الشيوخ لقلة الحرارة في أبدانهم. وقد أخرج الطبري بسند صحيح عن ابن سيرين قال: إذا بلغ الرجل أربعين سنة لم يحتجم. قال الطبري. وذلك أنه يصير من حينئذ في انتقاص من عمره وانحلال من قوى جسده، فلا ينبغي أن يزيده وهيا بإخراج الدم اهـ. وهو محمول على من لم تتعين حاجته إليه، وعلى من لم يعتد به، وقد قال ابن سينا في أرجوزته:

ومن يكن تعود الفصاده ... فلا يكن يقطع تلك العاده

ثم أشار إلى أنه يقلل ذلك بالتدريج إلى أن ينقطع جملة في عشر الثمانين.

قوله: (وقال لا تعذبوا صبيانكم بالغمز من العذرة ; وعليكم بالقسط) أي: التداوي بالقسط وقد تقدم قريبا، وسيأتي الكلام على الأعلاق في العذرة والغمزة في «**باب اللدود**».

١٤- بَاب الْحِجَامَةِ عَلَى الرَّأْسِ

حَدَّثَنَا إِسْمَاعِيلُ قَالَ حَدَّثَنِي سُلَيْمَانُ عَنْ عَلْقَمَةَ أَنَّهُ سَمِعَ عَبْدَ الرَّحْمَنِ الْأَعْرَجَ أَنَّهُ سَمِعَ عَبْدَ اللَّهِ ابْنَ بُحَيْنَةَ يُحَدِّثُ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ احْتَجَمَ بِلَحْيِ جَمَلٍ مِنْ طَرِيقِ مَكَّةَ وَهُوَ مُحْرِمٌ فِي وَسَطِ رَأْسِهِ.

وَقَالَ الْأَنْصَارِيُّ: أَخْبَرَنَا هِشَامُ بْنُ حَسَّانَ حَدَّثَنَا عِكْرِمَةُ عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ احْتَجَمَ فِي رَأْسِهِ.

قوله: (باب الحجامة على الرأس) ورد في فضل الحجامة في الرأس حديث ضعيف أخرجه ابن عدي من طريق عمر بن رباح عن عبد الله بن طاوس عن أبيه عن ابن عباس رفعه «**الحجامة في الرأس تنفع من سبع: من الجنون والجذام والبرص والنعاس والصداع ووجع الضرس والعين**». قال الأطباء: إن الحجامة في وسط الرأس نافعة جدا، وقد ثبت أنه ﷺ فعلها كما في أول حديثي الباب وآخرهما وإن كان مطلقا فهو مقيد بأولهما، وورد أنه ﷺ احتجم أيضا في الأخدعين والكاهل أخرجه الترمذي وحسنه وأبو داود وابن ماجه وصححه الحاكم.

قال أهل العلم بالطب: فصد الباسليق ينفع حرارة الكبد والطحال والرئة ومن الشوصة وذات الجنب وسائر الأمراض الدموية العارضة من أسفل الركبة إلى الورك، وفصد الأكحل ينفع الامتلاء العارض في جميع البدن إذا كان دمويا ولا سيما إن كان فسد، وفصد القيفال ينفع من علل الرأس والرقبة إذا كثر الدم أو فسد، وفصد الودجين لوجع الطحال والربو ووجع الجنبين، والحجامة على الكاهل تنفع من وجع المنكب والحلق وتنوب عن فصد الباسليق، والحجامة على الأخدعين تنفع من أمراض الرأس والوجه كالأذنين والعينين والأسنان والأنف والحلق وتنوب عن فصد القيفال.

والحجامة تحت الذقن تنفع من وجع الأسنان والوجه والحلقوم وتنقي الرأس، والحجامة على ظهر القدم تنوب عن فصد الصافن وهو عرق عند الكعب وتنفع من قروح الفخذين والساقين وانقطاع الطمث والحكة العارضة في الأنثيين، والحجامة على أسفل الصدر نافعة من دماميل الفخذ وجربه وبثوره ومن النقرس والبواسير وداء الفيل وحكة الظهر، ومحل ذلك كله إذا كان عن دم هائج وصادفه وقت الاحتياج إليه، والحجامة على المقعدة تنفع الأمعاء وفساد الحيض.

قوله: (احتجم بلحيي جمل) قال ابن وضاح: هي بقعة معروفة وهي عقبة الجحفة على سبعة

أميال من السقيا، وزعم بعضهم أنه الآلة التي احتجم بها أي احتجم بعظم جمل، والأول المعتمد، وسأذكر في حديث ابن عباس التصريح بقصة ذلك.

١٥- بَاب الْحِجَامَة مِنْ الشَّقِيقَة وَالصُّدَاع

حَدَّثَنِي مُحَمَّدُ بْنُ بَشَّارٍ حَدَّثَنَا ابْنُ أَبِي عَدِيٍّ عَنْ هِشَامٍ عَنْ عِكْرِمَةَ عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ احْتَجَمَ النَّبِيُّ ﷺ فِي رَأْسِهِ وَهُوَ مُحْرِمٌ مِنْ وَجَعٍ كَانَ بِهِ بِمَاءٍ يُقَالُ لَهُ: لُحْيُ جَمَلٍ.

وَقَالَ مُحَمَّدُ بْنُ سَوَاءٍ أَخْبَرَنَا هِشَامٌ عَنْ عِكْرِمَةَ عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ احْتَجَمَ وَهُوَ مُحْرِمٌ فِي رَأْسِهِ مِنْ شَقِيقَةٍ كَانَتْ بِهِ.

حَدَّثَنَا إِسْمَاعِيلُ بْنُ أَبَانَ حَدَّثَنَا ابْنُ الْغَسِيلِ قَالَ حَدَّثَنِي عَاصِمُ بْنُ عُمَرَ عَنْ جَابِرِ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ قَالَ سَمِعْتُ النَّبِيَّ ﷺ يَقُولُ: **«إِنْ كَانَ فِي شَيْءٍ مِنْ أَدْوِيَتِكُمْ خَيْرٌ فَفِي شَرْبَةِ عَسَلٍ أَوْ شَرْطَةِ مِحْجَمٍ أَوْ لَذْعَةٍ مِنْ نَارٍ وَمَا أُحِبُّ أَنْ أَكْتَوِيَ»**.

قوله: (باب الحجامة من الشقيقة والصداع) أي بسببهما، وهو متجه. والشقيقة: وجع يأخذ في أحد جانبي الرأس أو في مقدمه، وذكر أهل الطب أنه من الأمراض المزمنة، وسببه أبخرة مرتفعة أو أخلاط حارة أو باردة ترتفع إلى الدماغ، فإن لم تجد منفذا أحدث الصداع، فإن مال إلى أحد شقي الرأس أحدث الشقيقة، وإن ملك قمة الرأس أحدث داء البيضة. وذكر الصداع بعده من العام بعد الخاص. وأسباب الصداع كثيرة جدا: منها ما تقدم، ومنها ما يكون عن ورم في المعدة أو في عروقها، أو ريح غليظة فيها أو لامتلائها، ومنها ما يكون من الحركة العنيفة كالجماع والقيء والاستفراغ أو السهر أو كثرة الكلام، ومنها ما يحدث عن الأغراض النفسانية كالهم والغم والحزن والجوع والحمى، ومنها ما يحدث عن حادث في الرأس كضربة تصيبه، أو ورم في صفاق الدماغ، أو حمل شيء ثقيل يضغط الرأس، أو تسخينه بلبس شيء خارج عن الاعتدال، أو تبريده بملاقاة الهواء أو الماء في البرد.

وأما الشقيقة بخصوصها فهي في شرايين الرأس وحدها، وتختص بالموضع الأضعف من الرأس؛ وعلاجها بشد العصابة وقد أخرج أحمد من حديث بريدة **«أنه ﷺ كان ربما أخذته الشقيقة؛ فيمكث اليوم واليومين لا يخرج»** الحديث. وتقدم في الوفاة النبوية حديث ابن عباس **«خطبنا رسول الله ﷺ وقد عصب رأسه»**.

١٦- بَاب الْحَلْقِ مِنْ الْأَذَى

حَدَّثَنَا مُسَدَّدٌ حَدَّثَنَا حَمَّادٌ عَنْ أَيُّوبَ قَالَ سَمِعْتُ مُجَاهِدًا عَنْ ابْنِ أَبِي لَيْلَى عَنْ كَعْبٍ هُوَ ابْنُ عُجْرَةَ قَالَ أَتَى عَلَيَّ النَّبِيُّ ﷺ زَمَنَ الْحُدَيْبِيَةِ وَأَنَا أُوقِدُ تَحْتَ بُرْمَةٍ وَالْقَمْلُ يَتَنَاثَرُ عَنْ رَأْسِي فَقَالَ: **«أَيُؤْذِيكَ هَوَامُّكَ؟»** قُلْتُ: نَعَمْ. قَالَ: **«فَاحْلِقْ وَصُمْ ثَلَاثَةَ أَيَّامٍ أَوْ أَطْعِمْ سِتَّةً أَوْ انْسُكْ نَسِيكَةً»**.

قَالَ أَيُّوبُ لاَ أَدْرِي بِأَيَّتِهِنَّ بَدَأَ.

قوله: (باب الحلق من الأذى) أي حلق شعر الرأس وغيره.

ذكر فيه حديث كعب بن عجرة في حلق رأسه وهو محرم بسبب كثرة القمل، مضى شرحه مستوفى في كتاب الحج، وكأنه أورده عقب حديث الحجامة وسط الرأس للإشارة إلى أن جواز حلق الشعر للمحرم لأجل الحجامة عند الحاجة إليها يستنبط من جواز حلق جميع الرأس للمحرم عند الحاجة.

١٧- بَاب مَنْ اكْتَوَى أَوْ كَوَى غَيْرَهُ وَفَضْلِ مَنْ لَمْ يَكْتَوِ

حَدَّثَنَا أَبُو الْوَلِيدِ هِشَامُ بْنُ عَبْدِ الْمَلِكِ حَدَّثَنَا عَبْدُ الرَّحْمَنِ بْنُ سُلَيْمَانَ بْنِ الْغَسِيلِ حَدَّثَنَا عَاصِمُ بْنُ عُمَرَ بْنِ قَتَادَةَ قَالَ سَمِعْتُ جَابِرًا عَنْ النَّبِيِّ ﷺ قَالَ: **«إِنْ كَانَ فِي شَيْءٍ مِنْ أَدْوِيَتِكُمْ شِفَاءٌ فَفِي شَرْطَةِ مِحْجَمٍ أَوْ لَذْعَةٍ بِنَارٍ وَمَا أُحِبُّ أَنْ أَكْتَوِيَ»**.

حَدَّثَنَا عِمْرَانُ بْنُ مَيْسَرَةَ حَدَّثَنَا ابْنُ فُضَيْلٍ حَدَّثَنَا حُصَيْنٌ عَنْ عَامِرٍ عَنْ عِمْرَانَ بْنِ حُصَيْنٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا قَالَ لاَ رُقْيَةَ إِلاَّ مِنْ عَيْنٍ أَوْ حُمَةٍ فَذَكَرْتُهُ لِسَعِيدِ بْنِ جُبَيْرٍ فَقَالَ حَدَّثَنَا ابْنُ عَبَّاسٍ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: **«عُرِضَتْ عَلَيَّ الْأُمَمُ فَجَعَلَ النَّبِيُّ وَالنَّبِيَّانِ يَمُرُّونَ مَعَهُمْ الرَّهْطُ وَالنَّبِيُّ لَيْسَ مَعَهُ أَحَدٌ حَتَّى رُفِعَ لِي سَوَادٌ عَظِيمٌ قُلْتُ: مَا هَذَا أُمَّتِي هَذِهِ. قِيلَ: بَلْ هَذَا مُوسَى وَقَوْمُهُ، قِيلَ: انْظُرْ إِلَى الْأُفُقِ فَإِذَا سَوَادٌ يَمْلأُ الْأُفُقَ ثُمَّ قِيلَ لِي: انْظُرْ هَا هُنَا وَهَا هُنَا فِي آفَاقِ السَّمَاءِ فَإِذَا سَوَادٌ قَدْ مَلأَ الْأُفُقَ قِيلَ هَذِهِ أُمَّتُكَ وَيَدْخُلُ الْجَنَّةَ مِنْ هَؤُلَاءِ سَبْعُونَ أَلْفًا بِغَيْرِ حِسَابٍ»**، ثُمَّ دَخَلَ وَلَمْ يُبَيِّنْ لَهُمْ فَأَفَاضَ الْقَوْمُ وَقَالُوا: نَحْنُ الَّذِينَ آمَنَّا بِاللَّهِ وَاتَّبَعْنَا رَسُولَهُ فَنَحْنُ هُمْ أَوْ أَوْلاَدُنَا الَّذِينَ وُلِدُوا فِي الْإِسْلَامِ فَإِنَّا وُلِدْنَا فِي الْجَاهِلِيَّةِ فَبَلَغَ النَّبِيَّ ﷺ فَخَرَجَ فَقَالَ: **«هُمْ الَّذِينَ لَا يَسْتَرْقُونَ وَلَا يَتَطَيَّرُونَ وَلَا يَكْتَوُونَ وَعَلَى رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ»**، فَقَالَ عُكَاشَةُ بْنُ مِحْصَنٍ: أَمِنْهُمْ أَنَا يَا رَسُولَ اللَّهِ، قَالَ: **«نَعَمْ»**، فَقَامَ آخَرُ فَقَالَ أَمِنْهُمْ أَنَا قَالَ: **«سَبَقَكَ بِهَا عُكَّاشَةُ»**.

قوله: (باب من اكتوى أو كوى غيره، وفضل من لم يكتو) كأنه أراد أن الكي جائز للحاجة، وأن الأولى تركه إذا لم يتعين، وأنه إذا جاز كان أعم من أن يباشر الشخص ذلك بنفسه أو بغيره لنفسه أو لغيره، وعموم الجواز مأخوذ من نسبة الشفاء إليه في أول حديثي الباب، وفضل تركه من قوله: **«وما أحب أن أكتوي»**. وقد أخرج مسلم من طريق أبي الزبير عن جابر قال: **«رمي سعد بن معاذ على أكحله فحسمه رسول الله ﷺ»** ومن طريق أبي سفيان عن جابر **«أن النبي ﷺ بعث إلى أبي بن كعب طبيبا فقطع منه عرقا ثم كواه»**، وروى الطحاوي وصححه الحاكم عن أنس قال: **«كواني أبو طلحة في زمن النبي ﷺ»** وأصله في البخاري، وأنه كوي من ذات الجنب، وسيأتي قريبا. وعند الترمذي عن أنس **«أن النبي ﷺ كوى أسعد بن زرارة من الشوكة»**

ولمسلم عن عمران بن حصين «**كان يسلم علي حتى اكتويت فتركت، ثم تركت الكي فعاد**» وله عنه من وجه آخر «**إن الذي كان انقطع عني رجع إلي**» يعني تسليم الملائكة، كذا في الأصل، وفي لفظ أنه «**كان يسلم علي فلما اكتويت أمسك عني، فلما تركته عاد إلي**» وأخرج أحمد وأبو داود والترمذي عن عمران «نهى رسول الله ﷺ عن الكي فاكتوينا فما أفلحنا ولا أنجحنا» وفي لفظ «**فلم يفلحن ولم ينجحن**» وسنده قوي، والنهي فيه محمول على الكراهة أو على خلاف الأولى لما يقتضيه مجموع الأحاديث، وقيل إنه خاص بعمران لأنه كان به الباسور وكان موضعه خطرا فنهاه عن كيه. فلما اشتد عليه كواه فلم ينجح.

وقال ابن قتيبة: الكي نوعان: كي الصحيح لئلا يعتل فهذا الذي قيل فيه: «**لم يتوكل من اكتوى**» لأنه يريد أن يدفع القدر والقدر لا يدافع، والثاني كي الجرح إذا نغل أي فسد، والعضو إذا قطع، فهو الذي يشرع التداوي به فإن كان الكي لأمر محتمل فهو خلاف الأولى لما فيه من تعجيل التعذيب بالنار لأمر غير محقق. وحاصل الجمع أن الفعل يدل على الجواز، وعدم الفعل لا يدل على المنع بل يدل على أن تركه أرجح من فعله، وكذا الثناء على تاركه. وأما النهي عنه فإما على سبيل الاختيار والتنزيه وإما عما لا يتعين طريقا إلى الشفاء والله أعلم. وقد تقدم شيء من هذا في «**باب الشفاء في ثلاث**» ولم أر في أثر صحيح أن النبي ﷺ اكتوى، إلا أن القرطبي نسب إلى «**كتاب أدب النفوس**» للطبري أن النبي ﷺ اكتوى، وذكره الحليمي بلفظ «**روي أنه اكتوى للجرح الذي أصابه بأحد**». قلت: والثابت في الصحيح كما تقدم في غزوة أحد «**أن فاطمة أحرقت حصيرا فحشت به جرحه**» وليس هذا الكي المعهود، وجزم ابن التين بأنه اكتوى، وعكسه ابن القيم في الهدي.

قوله: (لا رقية إلا من عين أو حمة) وقال القزاز: قيل: هي شوكة العقرب، أو إنها الإبرة التي تضرب بها العقرب والزنبور. وقال الخطابي: الحمة كل هامة ذات سم من حية أو عقرب.

وأخرجه أحمد عن هشيم ومسلم من وجه آخر عنه بزيادة قصة قال: كنت عند سعيد بن جبير فقال: أيكم رأى الكوكب الذي انقض البارحة ؟ قلت: أنا. ثم قلت: أما إني لم أكن في صلاة، ولكن لدغت. قال: وكيف فعلت ؟ قلت: استرقيت. قال: وما حملك على ذلك ؟ قلت: حديث حدثناه الشعبي عن بريدة أنه قال لا رقية إلا من عين أو حمة. فقال سعيد قد أحسن من انتهى إلى ما سمع.

١٨- بَاب الْإِثْمِدِ وَالْكُحْلِ مِنْ الرَّمَدِ فِيهِ عَنْ أُم عطِيَّةَ

حَدَّثَنَا مُسَدَّدٌ حَدَّثَنَا يَحْيَى عَنْ شُعْبَةَ قَالَ حَدَّثَنِي حُمَيْدُ بْنُ نَافِعٍ عَنْ زَيْنَبَ عَنْ أُمِّ سَلَمَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا أَنَّ امْرَأَةً تُوُفِّيَ زَوْجُهَا فَاشْتَكَتْ عَيْنَهَا فَذَكَرُوهَا لِلنَّبِيِّ ﷺ وَذَكَرُوا لَهُ الْكُحْلَ وَأَنَّهُ

يُخَافُ عَلَى عَيْنِهَا فَقَالَ: «لَقَدْ كَانَتْ إِحْدَاكُنَّ تَمْكُثُ فِي بَيْتِهَا فِي شَرِّ أَحْلَاسِهَا أَوْ فِي أَحْلَاسِهَا فِي شَرِّ بَيْتِهَا فَإِذَا مَرَّ كَلْبٌ رَمَتْ بَعْرَةً فَهَلَّا أَرْبَعَةَ أَشْهُرٍ وَعَشْرًا».

قوله: (باب الإثمد والكحل من الرمد) أي بسبب الرمد، والرمد بفتح الراء والميم: ورم حار يعرض في الطبقة الملتحمة من العين وهو بياضها الظاهر، وسببه انصباب أحد الأخلاط أو أبخرة تصعد من المعدة إلى الدماغ فإن اندفع إلى الخياشيم أحدث الزكام، أو إلى العين أحدث الرمد، أو إلى اللهاة والمنخرين أحدث الخنان بالخاء المعجمة والنون، أو إلى الصدر أحدث النزلة، أو إلى القلب أحدث الشوصة، وإن لم ينحدر وطلب نفاذا فلم يجد أحدث الصداع كما تقدم.

قوله: (فيه عن أم عطية) يشير إلى حديث أم عطية مرفوعا «**لا يحل لامرأة تؤمن بالله واليوم الآخر تحد فوق ثلاث إلا على زوج**» فإنها لا تكتحل، وقد تقدم في أبواب العدة، لكن لم أر في شيء من طرقه ذكر الإثمد، فكأنه ذكره لكون العرب غالبا إنما تكتحل به، وقد ورد التنصيص عليه في حديث ابن عباس رفعه «**اكتحلوا بالإثمد، فإنه يجلو البصر وينبت الشعر**» أخرجه الترمذي وحسنه واللفظ له.

وعن عائشة «**كان لرسول الله ﷺ** إثمد يكتحل به عند منامه في كل عين ثلاثا» أخرجه أبو الشيخ في كتاب «**أخلاق النبي ﷺ**» بسند ضعيف، والإثمد بكسر الهمزة والميم بينهما ثاء مثلثة ساكنة وحكي فيه ضم الهمزة: حجر معروف أسود يضرب إلى الحمرة يكون في بلاد الحجاز وأجوده يؤتى به من أصبهان، واختلف هل هو اسم الحجر الذي يتخذ منه الكحل أو هو نفس الكحل؟ ذكره ابن سيده وأشار إليه الجوهري، وفي هذه الأحاديث استحباب الاكتحال بالإثمد ووقع الأمر بالاكتحال وترا من حديث أبي هريرة في «**سنن أبي داود**» ووقع في بعض الأحاديث التي أشرت إليها كبقية الاكتحال، وحاصله ثلاثا في كل عين.

ثم ذكر المصنف حديث أم سلمة من رواية زينب وهي بنتها عنها «**أن امرأة توفي زوجها فاشتكت عينها، فذكروها للنبي ﷺ وذكروا له الكحل وأنه يخاف على عينها**» الحديث، وقد مرت مباحثه في أبواب الإحداد. وأما قوله في آخره: «**فلا، أربعة أشهر وعشرا**» كذا للأكثر وعند الكشميهني «**فهلا أربعة أشهر وعشرا**»؟ وهي واضحة، وأما الاقتصار على حرف النهي فالمنفي مقدر كأنه قال: فلا تكتحل، ثم قال: تمكث أربعة أشهر وعشرا.

٢٠- بَاب الْمَنُّ شِفَاءٌ لِلْعَيْنِ

حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ الْمُثَنَّى حَدَّثَنَا غُنْدَرٌ حَدَّثَنَا شُعْبَةُ عَنْ عَبْدِ الْمَلِكِ سَمِعْتُ عَمْرُو بْنَ حُرَيْثٍ قَالَ سَمِعْتُ سَعِيدَ بْنَ زَيْدٍ قَالَ سَمِعْتُ النَّبِيَّ ﷺ يَقُولُ: «**الْكَمْأَةُ مِنَ الْمَنِّ وَمَاؤُهَا شِفَاءٌ لِلْعَيْنِ**».

قوله: (باب المن شفاء للعين) كذا للأكثر، وفي رواية الأصيلي «**شفاء من العين**» وعليها

شرح ابن بطال، ويأتي توجيهها. وفي هذه الترجمة إشارة إلى ترجيح القول الصائر إلى أن المراد بالمن في حديث الباب الصنف المخصوص من المأكول، لا المصدر الذي بمعنى الامتنان، وإنما أطلق على المن شفاء لأن الخبر ورد أن الكمأة منه وفيها شفاء.

قوله: (الكمأة) نبات لا ورق لها ولا ساق، توجد في الأرض من غير أن تزرع. قيل: سميت بذلك لاستتارها، يقال كمأ الشهادة إذا كتمها. ومادة الكمأة من جوهر أرضي بخاري يحتقن نحو سطح الأرض ببرد الشتاء وينميه مطر الربيع فيتولد ويندفع متجسدا، ولذلك كان بعض العرب يسميها جدري الأرض تشبيها لها بالجدري مادة وصورة، لأن مادته رطوبة دموية تندفع غالبا عند الترعرع وفي ابتداء استيلاء الحرارة ونماء القوة ومشابهتها له في الصورة ظاهر. وأخرج الترمذي من حديث أبي هريرة «**أن ناسا من أصحاب رسول الله ﷺ قالوا: الكمأة جدري الأرض، فقال النبي ﷺ الكمأة من المن**» الحديث. وللطبري من طريق ابن المنكدر عن جابر قال: «**كثرت الكمأة على عهد رسول الله ﷺ، فامتنع قوم من أكلها وقالوا: هي جدري الأرض، فبلغه ذلك فقال: إن الكمأة ليست من جدري الأرض، ألا إن الكمأة من المن**» والعرب تسمي الكمأة أيضا بنات الرعد لأنها تكثر بكثرته ثم تنفطر عنها الأرض. وهي كثيرة بأرض العرب، وتوجد بالشام ومصر، فأجودها ما كانت أرضه رملة قليلة الماء، ومنها صنف قتال يضرب لونه إلى الحمرة. وهي باردة رطبة في الثانية رديئة للمعدة بطيئة الهضم، وإدمان أكلها يورث القولنج والسكتة والفالج وعسر البول، والرطب منها أقل ضررا من اليابس، وإذا دفنت في الطين الرطب ثم سلقت بالماء والملح والسعتر وأكلت بالزيت والتوابل الحارة قل ضررها، ومع ذلك ففيها جوهر مائي لطيف بدليل خفتها، فلذلك كان ماؤها شفاء للعين.

قوله: (من المن) قيل في المراد بالمن ثلاثة أقوال:

أحدها: أن المراد أنها من المن الذي أنزل على بني إسرائيل، وهو الطل الذي يسقط على الشجر فيجمع ويؤكل حلوا، ومنه الترنجبين فكأنه شبه به الكمأة بجامع ما بينهما من وجود كل منهما عفوا بغير علاج. قلت: وقد تقدم بيان ذلك واضحا في تفسير سورة البقرة، وذكرت من زاد في متن هذا الحديث «**الكمأة من المن الذي أنزل على بني إسرائيل**».

والثاني: أن المعنى أنها من المن الذي امتن الله به على عباده عفوا بغير علاج، قاله أبو عبيد وجماعة، وقال الخطابي: ليس المراد أنها نوع من المن الذي أنزل على بني إسرائيل، فإن الذي أنزل على بني إسرائيل كان كالترنجبين الذي يسقط على الشجر، وإنما المعنى أن الكمأة شيء ينبت من غير تكلف ببذر ولا سقي، فهو من قبيل المن الذي كان ينزل على بني إسرائيل فيقع على الشجر فيتناولونه. ثم أشار إلى أنه يحتمل أن يكون الذي أنزل على بني إسرائيل كان

أنواعا، منها ما يسقط على الشجر، ومنها ما يخرج من الأرض فتكون الكمأة منه، وهذا هو القول الثالث وبه جزم الموفق عبد اللطيف البغدادي ومن تبعه فقالوا: إن المن الذي أنزل على بني إسرائيل ليس هو ما يسقط على الشجر فقط بل كان أنواعا من الله عليهم بها من النبات الذي يوجد عفوا، ومن الطير التي تسقط عليهم بغير اصطياد، ومن الطل الذي يسقط على الشجر. والمن مصدر بمعنى المفعول أي ممنون به، فلما لم يكن للعبد فيه شائبة كسب كان منا محضا، وإن كانت جميع نعم الله تعالى على عبيده منا منه عليهم، لكن خص هذا باسم المن لكونه لا صنع فيه لأحد، فجعل سبحانه وتعالى قوتهم في التيه الكمأة وهي تقوم مقام الخبز، وأدمهم السلوى وهي تقوم مقام اللحم، وحلواهم الطل الذي ينزل على الشجر، فكمل بذلك عيشهم.

قوله: (وماؤها شفاء للعين) كذا للأكثر وكذا عند مسلم، وفي رواية المستملي **«من العين»** أي شفاء من داء العين، قال الخطابي: إنما اختصت الكمأة بهذه الفضيلة لأنها من الحلال المحض الذي ليس في اكتسابه شبهة، ويستنبط منه أن استعمال الحلال المحض يجلو البصر، والعكس بالعكس. قال ابن الجوزي: في المراد بكونها شفاء للعين قولان: أحدهما: أنه ماؤها حقيقة، إلا أن أصحاب هذا القول اتفقوا على أنه لا يستعمل صرفا في العين، لكن اختلفوا كيف يصنع به على رأيين: أحدهما: أنه يخلط في الأدوية التي يكتحل بها حكاه أبو عبيد، قال: ويصدق هذا الذي حكاه أبو عبيد أن بعض الأطباء قالوا: أكل الكمأة يجلو البصر، ثانيهما: أن تؤخذ فتشق وتوضع على الجمر حتى يغلي ماؤها، ثم يؤخذ الميل فيجعل في ذلك الشق وهو فاتر فيكتحل بمائها، لأن النار تلطفه وتذهب فضلاته الرديئة ويبقى النافع منه، ولا يجعل الميل في مائها وهي باردة يابسة فلا ينجع، وقد حكى إبراهيم الحربي عن صالح وعبد الله ابني أحمد بن حنبل أنهما اشتكت أعينهما فأخذا كمأة وعصراها واكتحلا بمائها فهاجت أعينهما ورمدا. قال ابن الجوزي: وحكى شيخنا أبو بكر بن عبد الباقي أن بعض الناس عصر ماء كمأة فاكتحل به فذهبت عينه. والقول الثاني أن المراد ماؤها الذي تنبت به، فإنه أول مطر يقع في الأرض فتربى به الأكحال حكاه ابن الجوزي عن أبي بكر بن عبد الباقي أيضا، فتكون الإضافة إضافة الكل لا إضافة جزء. قال ابن القيم: وهذا أضعف الوجوه. قلت: وفيما ادعاه ابن الجوزي من الاتفاق على أنها لا تستعمل صرفا نظر، فقد حكى عياض عن بعض أهل الطب في التداوي بماء الكمأة تفصيلا، وهو إن كان لتبريد ما يكون بالعين من الحرارة فتستعمل مفردة، وإن كان لغير ذلك فتستعمل مركبة، وبهذا جزم ابن العربي فقال: الصحيح أنه ينفع بصورته في حال، وبإضافته في أخرى، وقد جرب ذلك فوجد صحيحا. نعم جزم الخطابي بما قال ابن الجوزي فقال: تربى بها التوتياء وغيرها من الأكحال، قال: ولا تستعمل صرفا فإن ذلك يؤذي العين.

وقال الغافقي في «المفردات»: ماء الكمأة أصلح الأدوية للعين إذا عجن به الإثمد واكتحل به، فإنه يقوي الجفن، ويزيد الروح الباصر حدة وقوة، ويدفع عنها النوازل.

وقال النووي: الصواب أن ماءها شفاء للعين مطلقا فيعصر ماؤها ويجعل في العين منه، قال: وقد رأيت أنا وغيري في زماننا من كان عمي وذهب بصره حقيقة فكحل عينه بماء الكمأة مجردا فشفي وعاد إليه بصره، وهو الشيخ العدل الأمين الكمال بن عبد الدمشقي صاحب صلاح ورواية في الحديث، وكان استعماله لماء الكمأة اعتقادا في الحديث وتبركا به فنفعه الله به. وينبغي تقييد ذلك بمن عرف من نفسه قوة اعتقاد في صحة الحديث والعمل به, وقد أخرج الترمذي في جامعه بسند صحيح إلى قتادة قال: حدثت أن أبا هريرة قال: أخذت ثلاثة أكمؤ أو خمسا أو سبعا فعصرتهن فجعلت ماءهن في قارورة فكحلت به جارية لي فبرئت.

وقال ابن القيم: اعترف فضلاء الأطباء أن ماء الكمأة يجلو العين، منهم المسبحي وابن سينا وغيرهما. والذي يزيل الإشكال عن هذا الاختلاف أن الكمأة وغيرها من المخلوقات خلقت في الأصل سليمة من المضار، ثم عرضت لها الآفات بأمور أخرى من مجاورة أو امتزاج أو غير ذلك من الأسباب التي أرادها الله تعالى، فالكمأة في الأصل نافعة لما اختصت به من وصفها بأنها من الله، وإنما عرضت لها المضار بالمجاورة، واستعمال كل ما وردت به السنة بصدق ينتفع به من يستعمله، ويدفع الله عنه الضرر بنيته، والعكس بالعكس، والله أعلم.

٢١- بَاب اللَّدُودِ

حَدَّثَنَا عَلِيُّ بْنُ عَبْدِ اللَّهِ حَدَّثَنَا يَحْيَى بْنُ سَعِيدٍ حَدَّثَنَا سُفْيَانُ قَالَ حَدَّثَنِي مُوسَى بْنُ أَبِي عَائِشَةَ عَنْ عُبَيْدِ اللَّهِ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ وَعَائِشَةَ أَنَّ أَبَا بَكْرٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَبَّلَ النَّبِيَّ ﷺ وَهُوَ مَيِّتٌ.

قَالَ: وَقَالَتْ عَائِشَةُ: لَدَدْنَاهُ فِي مَرَضِهِ فَجَعَلَ يُشِيرُ إِلَيْنَا: **«أَنْ لَا تَلُدُّونِي»** فَقُلْنَا كَرَاهِيَةُ الْمَرِيضِ لِلدَّوَاءِ فَلَمَّا أَفَاقَ قَالَ: **«أَلَمْ أَنْهَكُمْ أَنْ تَلُدُّونِي؟»** قُلْنَا: كَرَاهِيَةَ الْمَرِيضِ لِلدَّوَاءِ فَقَالَ: **«لَا يَبْقَى فِي الْبَيْتِ أَحَدٌ إِلَّا لُدَّ وَأَنَا أَنْظُرُ إِلَّا الْعَبَّاسَ فَإِنَّهُ لَمْ يَشْهَدْكُمْ»**.

حَدَّثَنَا عَلِيُّ بْنُ عَبْدِ اللَّهِ حَدَّثَنَا سُفْيَانُ عَنْ الزُّهْرِيِّ أَخْبَرَنِي عُبَيْدُ اللَّهِ بْنُ عَبْدِ اللَّهِ عَنْ أُمِّ قَيْسٍ قَالَتْ دَخَلْتُ بِابْنٍ لِي عَلَى رَسُولِ اللَّهِ ﷺ وَقَدْ أَعْلَقْتُ عَلَيْهِ مِنْ الْعُذْرَةِ فَقَالَ: **«عَلَى مَا تَدْغَرْنَ أَوْلَادَكُنَّ بِهَذَا الْعِلَاقِ عَلَيْكُنَّ بِهَذَا الْعُودِ الْهِنْدِيِّ فَإِنَّ فِيهِ سَبْعَةَ أَشْفِيَةٍ مِنْهَا ذَاتُ الْجَنْبِ يُسْعَطُ مِنْ الْعُذْرَةِ وَيُلَدُّ مِنْ ذَاتِ الْجَنْبِ»** فَسَمِعْتُ الزُّهْرِيَّ يَقُولُ: بَيَّنَ لَنَا اثْنَيْنِ وَلَمْ يُبَيِّنْ لَنَا خَمْسَةً قُلْتُ لِسُفْيَانَ: فَإِنَّ مَعْمَرًا يَقُولُ: أَعْلَقْتُ عَلَيْهِ قَالَ: لَمْ يَحْفَظْ إِنَّمَا قَالَ: أَعْلَقْتُ عَنْهُ حَفِظْتُهُ مِنْ فِي الزُّهْرِيِّ وَوَصَفَ سُفْيَانُ الْغُلَامَ يُحَنَّكُ بِالْإِصْبَعِ وَأَدْخَلَ سُفْيَانُ فِي حَنَكِهِ إِنَّمَا يَعْنِي رَفْعَ حَنَكِهِ

بِإِصْبَعِهِ وَلَمْ يَقُلْ أَعْلِقُوا عَنْهُ شَيْئًا.

قوله: (باب اللدود) بفتح اللام وبمهملتين: هو الدواء الذي يصب في أحد جانبي فم المريض. واللدود بالضم الفعل. ولددت المريض فعلت ذلك به.

تقدم شرح الحديث مستوفي في «**باب وفاة النبي ﷺ**» وبيان من عرف اسمه ممن كان في البيت ولد لأمره ﷺ بذلك فأغنى عن إعادته.

٢٤- بَاب دَوَاءِ الْمَبْطُونِ

حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ بَشَّارٍ حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ جَعْفَرٍ حَدَّثَنَا شُعْبَةُ عَنْ قَتَادَةَ عَنْ أَبِي الْمُتَوَكِّلِ عَنْ أَبِي سَعِيدٍ قَالَ: جَاءَ رَجُلٌ إِلَى النَّبِيِّ ﷺ فَقَالَ: إِنَّ أَخِي اسْتَطْلَقَ بَطْنُهُ فَقَالَ: «**اسْقِهِ عَسَلًا**»، فَسَقَاهُ فَقَالَ: إِنِّي سَقَيْتُهُ فَلَمْ يَزِدْهُ إِلاَّ اسْتِطْلاَقًا فَقَالَ: «**صَدَقَ اللَّهُ وَكَذَبَ بَطْنُ أَخِيكَ**» تَابَعَهُ النَّضْرُ عَنْ شُعْبَةَ.

قوله: (باب دواء المبطون) المراد بالمبطون من اشتكى بطنه لإفراط الإسهال، وأسباب ذلك متعددة.

قوله: (فقال اسقه عسلا) والمراد عسل النحل، وهو مشهور عندهم، وظاهره الأمر بسقيه صرفا، ويحتمل أن يكون ممزوجا.

قوله: (فسقاه فقال: إني سقيته فلم يزده إلا استطلاقا) فسقاه فلم يبرأ، فأتى النبي ﷺ فقال إني سقيته.

وعند أحمد عن يزيد بن هارون عن شعبة فذهب ثم جاء فقال: قد سقيته فلم يزده إلا استطلاقا، فقال: «**اسقه عسلا فسقاه**» كذلك ثلاثا.

قوله: (فقال صدق الله وكذب بطن أخيك) زاد مسلم في روايته «**فسقاه فبرأ**» وكذا للترمذي، وقد وقع في رواية سعيد بن أبي عروبة «**ثم أتاه الثالثة فقال اسقه عسلا، ثم أتاه فقال: قد فعلت، فسقاه فبرأ**». قال الخطابي وغيره: أهل الحجاز يطلقون الكذب في موضع الخطأ، يقال كذب سمعك أي زل فلم يدرك حقيقة ما قيل له، فمعنى كذب بطنه أي لم يصلح لقبول الشفاء بل زل عنه، وقد اعترض بعض الملاحدة فقال: العسل مسهل فكيف يوصف لمن وقع به الإسهال؟ والجواب أن ذلك جهل من قائله، بل هو كقوله تعالى: (بل كذبوا بما لم يحيطوا بعلمه) فقد اتفق الأطباء على أن المرض الواحد يختلف علاجه باختلاف السن والعادة والزمان والغذاء المألوف والتدبير وقوة الطبيعة، وعلى أن الإسهال يحدث من أنواع منها الهيضة التي تنشأ عن تخمة واتفقوا على أن علاجها بترك الطبيعة وفعلها، فإن احتاجت إلى مسهل معين أعينت ما دام بالعليل قوة، فكأن هذا الرجل كان استطلاق بطنه عن تخمة أصابته فوصف له

النبي ﷺ العسل لدفع الفضول المجتمعة في نواحي المعدة والأمعاء لما في العسل من الجلاء ودفع الفضول التي تصيب المعدة من أخلاط لزجة تمنع استقرار الغذاء فيها، وللمعدة خمل كخمل المنشفة، فإذا علقت بها الأخلاط اللزجة أفسدتها وأفسدت الغذاء الواصل إليها، فكان دواؤها باستعمال ما يجلو تلك الأخلاط، ولا شيء في ذلك مثل العسل، لا سيما إن مزج بالماء الحار، وإنما لم يفده في أول مرة لأن الدواء يجب أن يكون له مقدار وكمية بحسب الداء، إن قصر عنه لم يدفعه بالكلية وإن جاوزه أوهى القوة وأحدث ضررا آخر فكأنه شرب منه أولا مقدارا لا يفي بمقاومة الداء، فأمره بمعاودة سقيه، فلما تكررت الشربات بحسب مادة الداء برأ بإذن الله تعالى. وفي قوله ﷺ: **«وكذب بطن أخيك»** إشارة إلى أن هذا الدواء نافع، وأن بقاء الداء ليس لقصور الدواء في نفسه ولكن لكثرة المادة الفاسدة، فمن ثم أمره بمعاودة شرب العسل لاستفراغها، فكان كذلك، وبرأ بإذن الله. قال الخطابي: والطب نوعان، طب اليونان وهو قياسي، وطب العرب والهند وهو تجاربي، وكان أكثر ما يصفه النبي ﷺ لمن يكون عليلا على طريقة طب العرب، ومنه ما يكون مما اطلع عليه بالوحي. وقد قال صاحب **«كتاب المائة في الطب»** إن العسل تارة يجري سريعا إلى العروق وينفذ معه جل الغذاء ويدر البول فيكون قابضا، وتارة يبقى في المعدة فيهيجها بلذعها حتى يدفع الطعام ويسهل البطن فيكون مسهلا. فإنكار وصفه للمسهل مطلقا قصور من المنكر. وقال غيره: طب النبي ﷺ متيقن البرء لصدوره عن الوحي، وطب غيره أكثره حدس أو تجربة، وقد يتخلف الشفاء عن بعض من يستعمل طب النبوة، وذلك لمانع قام بالمستعمل من ضعف اعتقاد الشفاء به وتلقيه بالقبول، وأظهر الأمثلة في ذلك القرآن الذي هو شفاء لما في الصدور، ومع ذلك فقد لا يحصل لبعض الناس شفاء صدره لقصوره في الاعتقاد والتلقي بالقبول، بل لا يزيد المنافق إلا رجسا إلى رجسه ومرضا إلى مرضه، فطب النبوة لا يناسب إلا الأبدان الطيبة، كما أن شفاء القرآن لا يناسب إلا القلوب الطيبة؛ والله أعلم.

٢٦- بَاب ذَاتِ الْجَنْبِ

حَدَّثَنِي مُحَمَّدٌ أَخْبَرَنَا عَتَّابُ بْنُ بَشِيرٍ عَنْ إِسْحَاقَ عَنْ الزُّهْرِيِّ قَالَ أَخْبَرَنِي عُبَيْدُ اللَّهِ بْنُ عَبْدِ اللَّهِ أَنَّ أُمَّ قَيْسٍ بِنْتَ مِحْصَنٍ وَكَانَتْ مِنْ الْمُهَاجِرَاتِ الْأُوَلِ اللَّاتِي بَايَعْنَ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ وَهِيَ أُخْتُ عُكَاشَةَ بْنِ مِحْصَنٍ أَخْبَرَتْهُ أَنَّهَا أَتَتْ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ بِابْنٍ لَهَا قَدْ عَلَّقَتْ عَلَيْهِ مِنْ الْعُذْرَةِ: **«فَقَالَ اتَّقُوا اللَّهَ عَلَى مَا تَدْغَرُونَ أَوْلَادَكُمْ بِهَذِهِ الْأَعْلَاقِ عَلَيْكُمْ بِهَذَا الْعُودِ الْهِنْدِيِّ فَإِنَّ فِيهِ سَبْعَةَ أَشْفِيَةٍ مِنْهَا ذَاتُ الْجَنْبِ»** يُرِيدُ الْكُسْتَ يَعْنِي الْقُسْطَ قَالَ وَهِيَ لُغَةٌ.

حَدَّثَنَا عَارِمٌ حَدَّثَنَا حَمَّادٌ قَالَ قُرِيءَ عَلَى أَيُّوبَ مِنْ كُتُبِ أَبِي قِلَابَةَ مِنْهُ مَا حَدَّثَ بِهِ وَمِنْهُ مَا قُرِئَ عَلَيْهِ وَكَانَ هَذَا فِي الْكِتَابِ عَنْ أَنَسٍ أَنَّ أَبَا طَلْحَةَ وَأَنَسَ بْنَ النَّضْرِ كَوَيَاهُ وَكَوَاهُ أَبُو طَلْحَةَ بِيَدِهِ

وَقَالَ عَبَّادُ بْنُ مَنْصُورٍ عَنْ أَيُّوبَ عَنْ أَبِي قِلَابَةَ عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ قَالَ: أَذِنَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ لِأَهْلِ بَيْتٍ مِنَ الْأَنْصَارِ أَنْ يَرْقُوا مِنَ الْحُمَةِ وَالْأُذُنِ قَالَ أَنَسٌ: كُوِيتُ مِنْ ذَاتِ الْجَنْبِ وَرَسُولُ اللَّهِ ﷺ حَيٌّ وَشَهِدَنِي أَبُو طَلْحَةَ وَأَنَسُ بْنُ النَّضْرِ وَزَيْدُ بْنُ ثَابِتٍ وَأَبُو طَلْحَةَ كَوَانِي.

قوله: (باب ذات الجنب) هو ورم حار يعرض في الغشاء المستبطن للأضلاع، وقد يطلق على ما يعارض في نواحي الجنب من رياح غليظة تحتقن بين الصفاقات والعضل التي في الصدر والأضلاع فتحدث وجعا، فالأول: ذات الجنب الحقيقي الذي تكلم عليه الأطباء، قالوا ويحدث بسببه خمسة أعراض: الحمى والسعال والنخس وضيق النفس والنبض المنشاري. ويقال لذات الجنب أيضا وجع الخاصرة وهي من الأمراض المخوفة لأنها تحدث بين القلب والكبد وهي من سيئ الأسقام، ولهذا قال ﷺ **«ما كان الله ليسلطها علي»** والمراد بذات الجنب في حديثي الباب الثاني، لأن القسط وهو العود الهندي كما تقدم بيانه قريبا هو الذي تداوى به الريح الغليظة، قال المسبحي: العود حار يابس قابض يحبس البطن ويقوي الأعضاء الباطنة ويطرد الريح ويفتح السدد ويذهب فضل الرطوبة؛ قال: ويجوز أن ينفع القسط من ذات الجنب الحقيقي أيضا إذا كانت ناشئة عن مادة بلغمية، ولا سيما في وقت انحطاط العلة.

وقوله في آخره: **«يريد الكست، يعني القسط، قال وهي لغة»** هو تفسير العود الهندي بأنه القسط، والقائل **«قال هي لغة»** هو الزهري.

ثانيهما: حديث أنس.

قوله: (عن أنس) هو ابن مالك.

قوله: (كوياه وكواه أبو طلحة بيده) هي أن الكي المذكور كان بسبب ذات الجنب وأن ذلك كان في حياة الرسول ﷺ وأما رقية المراد وجع الأذن، أي رخص في رقية الأذن إذا كان بها وجع.

٢٧- بَاب حَرْقِ الْحَصِيرِ لِيُسَدَّ بِهِ الدَّمُ

حَدَّثَنِي سَعِيدُ بْنُ عُفَيْرٍ حَدَّثَنَا يَعْقُوبُ بْنُ عَبْدِ الرَّحْمَنِ الْقَارِيُّ عَنْ أَبِي حَازِمٍ عَنْ سَهْلِ بْنِ سَعْدٍ السَّاعِدِيِّ قَالَ لَمَّا كُسِرَتْ عَلَى رَأْسِ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ الْبَيْضَةُ وَأُدْمِيَ وَجْهُهُ وَكُسِرَتْ رَبَاعِيَتُهُ وَكَانَ عَلِيٌّ يَخْتَلِفُ بِالْمَاءِ فِي الْمِجَنِّ وَجَاءَتْ فَاطِمَةُ تَغْسِلُ عَنْ وَجْهِهِ الدَّمَ فَلَمَّا رَأَتْ فَاطِمَةُ عَلَيْهَا السَّلَام الدَّمَ يَزِيدُ عَلَى الْمَاءِ كَثْرَةً عَمَدَتْ إِلَى حَصِيرٍ فَأَحْرَقَتْهَا وَأَلْصَقَتْهَا عَلَى جُرْحِ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ فَرَقَأَ الدَّمُ.

قوله: (باب حرق الحصير) قال ابن بطال: قد زعم أهل الطب أن الحصير كلها إذا أحرقت تبطل زيادة الدم، بل الرماد كله كذلك، لأن الرماد من شأنه القبض، ولهذا ترجم الترمذي لهذا

الحديث «**التداوي بالرماد**» وقال المهلب : فيه أن قطع الدم بالرماد كان معلوما عندهم ، لا سيما إن كان الحصير من ديس السعد فهي معلومة بالقبض وطيب الرائحة ، فالقبض يسد أفواه الجرح ، وطيب الرائحة يذهب بزهم الدم .

وأما غسل الدم أولا فينبغي أن يكون إذا كان الجرح غير غائر ، أما لو كان غائرا فلا يؤمن معه ضرر الماء إذا صب فيه . وقال الموفق عبد اللطيف : الرماد فيه تجفيف وقلة لذع ، والمجفف إذا كان فيه قوة لذع ربما هيج الدم وجلب الورم . ووقع عند ابن ماجه من وجه آخر عن سهل بن سعد «**أحرقت له - حين لم يرقأ - قطعة حصير خلق فوضعت رماده عليه**» .

تقدم شرح حديث الباب ، وهو حديث سهل بن سعد في غسل فاطمة وجه النبي ﷺ من الدم لما جرح يوم أحد ، في كتاب الجهاد . وقوله في آخر الحديث «**فرقأ**» بقاف وهمزة أي بطل خروجه ، وفي رواية «**فاستمسك الدم**» .

٢٨- بَاب الْحُمَّى مِنْ فَيْحِ جَهَنَّمَ

حَدَّثَنِي يَحْيَى بْنُ سُلَيْمَانَ حَدَّثَنِي ابْنُ وَهْبٍ قَالَ حَدَّثَنِي مَالِكٌ عَنْ نَافِعٍ عَنْ ابْنِ عُمَرَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا عَنْ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ : «**الْحُمَّى مِنْ فَيْحِ جَهَنَّمَ فَأَطْفِئُوهَا بِالْمَاءِ**» .

قَالَ نَافِعٌ : وَكَانَ عَبْدُ اللَّهِ يَقُولُ اكْشِفْ عَنَّا الرِّجْزَ .

قوله : (باب الحمى من فيح جهنم) والحمى أنواع كما سأذكره . واختلف في نسبتها إلى جهنم فقيل حقيقة ، واللهب الحاصل في جسم المحموم قطعة من جهنم ، وقدر الله ظهورها بأسباب تقتضيها ليعتبر العباد بذلك ، كما أن أنواع الفرح واللذة من نعيم الجنة ، أظهرها في هذه الدار عبرة ودلالة . وعن ابن مسعود في مسند الشهاب «**الحمى حظ المؤمن من النار**» وهذا كما تقدم في حديث الأمر بالإبراد أن شدة الحر من فيح جهنم وأن الله أذن لها بنفسين ، وقيل : بل الخبر ورد مورد التشبيه ، والمعنى أن حر الحمى شبيه بحر جهنم تنبيها للنفوس على شدة حر النار ، وأن هذه الحرارة الشديدة شبيهة بفيحها وهو ما يصيب من قرب منها من حرها كما قيل بذلك في حديث الإبراد ، والأول أولى ، والله أعلم .

قوله : (فأطفئوها) أمر بالإطفاء ، «**بالماء البارد**» ، ووقع في حديث ابن عباس «**بماء زمزم**» كما مضى في صفة النار من رواية أبي جمرة بالجيم قال : «**كنت أجالس ابن عباس بمكة فأخذتني الحمى**» وفي رواية أحمد «**كنت أدفع للناس عن ابن عباس فاحتبست أياما فقال : ما حبسك ؟ قلت الحمى ، قال : أبردها بماء زمزم ، فإن رسول الله ﷺ قال : الحمى من فيح جهنم فأبردوها بالماء أو بماء زمزم**» . وقد تعلق به من قال بأن ذكر ماء زمزم ليس قيدا لشك راويه فيه . وممن ذهب إلى ذلك ابن القيم .

٣١- باب أجرِ الصَّابِرِ فِي الطَّاعُونِ

حَدَّثَنَا إِسْحَاقُ أَخْبَرَنَا حَبَّانُ حَدَّثَنَا دَاوُدُ بْنُ أَبِي الْفُرَاتِ حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ بُرَيْدَةَ عَنْ يَحْيَى بْنِ يَعْمَرَ عَنْ عَائِشَةَ زَوْجِ النَّبِيِّ ﷺ أَنَّهَا أَخْبَرَتْنَا أَنَّهَا سَأَلَتْ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ عَنْ الطَّاعُونِ فَأَخْبَرَهَا نَبِيُّ اللَّهِ ﷺ: **«أَنَّهُ كَانَ عَذَابًا يَبْعَثُهُ اللَّهُ عَلَى مَنْ يَشَاءُ فَجَعَلَهُ اللَّهُ رَحْمَةً لِلْمُؤْمِنِينَ فَلَيْسَ مِنْ عَبْدٍ يَقَعُ الطَّاعُونُ فَيَمْكُثُ فِي بَلَدِهِ صَابِرًا يَعْلَمُ أَنَّهُ لَنْ يُصِيبَهُ إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَهُ إِلَّا كَانَ لَهُ مِثْلُ أَجْرِ الشَّهِيدِ»**. تَابَعَهُ النَّضْرُ عَنْ دَاوُدَ.

قوله: (باب أجر الصابر على الطاعون) أي سواء وقع به أو وقع في بلد هو مقيم بها.

قوله: (أنه كان عذابا يبعثه الله على من يشاء) في رواية الكشميهني **«على من شاء»** أي من كافر أو عاص كما تقدم في قصة آل فرعون وفي قصة أصحاب موسى مع بلعام.

قوله: (فجعله الله رحمة للمؤمنين) أي من هذه الأمة، وفي حديث أبي عسيب عند أحمد **«فالطاعون شهادة للمؤمنين ورحمة لهم، ورجس على الكافر»** وهو صريح في أن كون الطاعون رحمة إنما هو خاص بالمسلمين، وإذا وقع بالكفار فإنما هو عذاب عليهم يعجل لهم في الدنيا قبل الآخرة.

قوله: (فليس من عبد) أي مسلم (يقع الطاعون) أي في مكان هو فيه (فيمكث في بلده) في رواية أحمد **«في بيته»**، ويأتي في القدر بلفظ **«يكون فيه ويمكث فيه ولا يخرج من البلد»** أي التي وقع فيها الطاعون.

قوله: (صابرا) أي غير منزعج ولا قلق، بل مسلما لأمر الله راضيا بقضائه، وهذا قيد في حصول أجر الشهادة لمن يموت بالطاعون، وهو أن يمكث بالمكان الذي يقع به فلا يخرج فرارا منه كما تقدم النهي عنه في الباب قبله صريحا.

وقوله: **«يعلم أنه لن يصيبه إلا ما كتب الله له»** قيد آخر، وهي جملة حالية تتعلق بالإقامة، فلو مكث وهو قلق أو متندم على عدم الخروج ظانا أنه لو خرج لما وقع به أصلا ورأسا وأنه بإقامته يقع به فهذا لا يحصل له أجر الشهيد ولو مات بالطاعون، هذا الذي يقتضيه مفهوم هذا الحديث كما اقتضى منطوقه أن من اتصف بالصفات المذكورة يحصل له أجر الشهيد وإن لم يمت بالطاعون ويدخل تحته ثلاث صور: أن من اتصف بذلك فوقع به الطاعون فمات به، أو وقع به ولم يمت به، أو لم يقع به أصلا ومات بغيره عاجلا أو آجلا.

قوله: (مثل أجر الشهيد) لعل السر في التعبير بالمثلية مع ثبوت التصريح بأن من مات بالطاعون كان شهيدا أن من لم يمت من هؤلاء بالطاعون كان له مثل أجر الشهيد وإن لم تحصل له درجة الشهادة بعينها وذلك أن من اتصف بكونه شهيدا أعلى درجة ممن وعد بأنه يعطى مثل أجر الشهيد،

ويكون كمن خرج على نية الجهاد في سبيل الله لتكون كلمة الله هي العليا فمات بسبب غير القتل، وأما ما اقتضاه مفهوم حديث الباب أن من اتصف بالصفات المذكورة ووقع به الطاعون ثم لم يمت منه أنه يحصل له ثواب الشهيد فشهد له حديث ابن مسعود الذي أخرجه أحمد من طريق إبراهيم بن عبيد بن رفاعة أن أبا محمد أخبره وكان من أصحاب ابن مسعود أنه حدثه عن رسول الله ﷺ قال. «**إن أكثر شهداء أمتي لأصحاب الفرش، ورب قتيل بين الصفين الله أعلم بنيته**» والضمير في قوله أنه لابن مسعود فإن أحمد أخرجه في مسند ابن مسعود ورجال سنده موثقون، واستنبط من الحديث أن من اتصف بالصفات المذكورة ثم وقع به الطاعون فمات به أن يكون له أجر شهيدين، ولا مانع من تعدد الثواب بتعدد الأسباب كمن يموت غريبا بالطاعون، أو نفساء مع الصبر والاحتساب، والتحقيق فيما اقتضاه حديث الباب أنه يكون شهيدا بوقوع الطاعون به ويضاف له مثل أجر الشهيد لصبره وثباته، فإن درجة الشهادة شيء وأجر الشهادة شيء، وقد أشار إلى ذلك الشيخ أبو محمد بن أبي جمرة وقال: هذا هو السر في قوله «**والمطعون شهيد**» وفي قوله في هذا: «**فله مثل أجر شهيد**» ويمكن أن يقال: بل درجات الشهداء متفاوتة، فأرفعها من اتصف بالصفات المذكورة ومات بالطاعون، ودونه في المرتبة من اتصف بها وطعن ولم يمت به، ودونه من اتصف ولم يطعن ولم يمت به. ويستفاد من الحديث أيضا أن من لم يتصف بالصفات المذكورة لا يكون شهيدا ولو وقع الطاعون ومات به فضلا عن أن يموت بغيره، وذلك ينشأ عن شؤم الاعتراض الذي ينشأ عنه التضجر والتسخط لقدر الله وكراهة لقاء الله، وما أشبه ذلك من الأمور التي تفوت معها الخصال المشروطة، والله أعلم.

وقد جاء في بعض الأحاديث استواء شهيد الطاعون وشهيد المعركة، فأخرج أحمد بسند حسن عن عتبة بن عبد السلمي رفعه «**يأتي الشهداء والمتوفون بالطاعون، فيقول أصحاب الطاعون: نحن شهداء، فيقال: انظروا فإن كان جراحهم كجراح الشهداء تسيل دما وريحها كريح المسك فهم شهداء، فيجدونهم كذلك**». وله شاهد من حديث العرباض بن سارية أخرجه أحمد أيضا والنسائي بسند حسن أيضا بلفظ «**يختصم الشهداء والمتوفون على فرشهم إلى ربنا عز وجل في الذين ماتوا بالطاعون، فيقول الشهداء: إخواننا قتلوا كما قتلنا، ويقول الذين ماتوا على فرشهم إخواننا ماتوا على فرشهم كما متنا، فيقول الله عز وجل: انظروا إلى جراحهم، فإن أشبهت جراح المقتولين فإنهم منهم، فإذا جراحهم أشبهت جراحهم**» زاد الكلاباذي في «**معاني الأخبار**» من هذا الوجه في آخره «**فيلحقون بهم**».

وهذا ما أنعم الحق تعالى به، ونِعَمُ الخالق سبحانه لا تُحصى.

وصلى الله على سيدنا محمد وآله وصبحه وسلّم.

الفهرس

* * *

